




# LE TAO DU CHEVAL

Guérison et transformation  
par la voie du cheval

LINDA KOHANOV

 LE COURRIER DU LIVRE

www.lecourrierdulivre.com

Linda KOHANOY

# LE TAO DU CHEVAL

Guérison et transformation  
par la voie du cheval

 LE COURRIER DU LIVRE  
11, rue du Commerce - 75002 Paris

## TABLE DES MATIÈRES

[Remerciements](#)

[Introduction](#)

[Première partie](#)

[L'APPEL](#)

[Chapitre I Rasa](#)

[Chapitre II L'art oublié de ne rien faire](#)

[Chapitre III Les voix des ancêtres](#)

[Chapitre IV L'esprit derrière la matière](#)

[Deuxième Partie](#)

[LES EAUX BIENFAISANTES](#)

[Chapitre V La sagesse de la proie](#)

[Chapitre VI La politique de l'intelligence](#)

[Chapitre VII Les chuchotements](#)

[Chapitre VIII Les thérapeutes à quatre jambes](#)

[Chapitre IX Le guérisseur blessé](#)

[Troisième partie](#)

[MESSAGE ET SIGNIFICATION](#)

[Chapitre X Nekyia](#)

[Chapitre XI Sacrifice et communion](#)

[Chapitre XII Les mystiques à crinière](#)

[Chapitre XIII L'art de la liberté](#)

Titre original : The Tao of Equus

© 2001, Linda Kohanov

Traduit de l'anglais par Ronan Denniel éditeur

© 2014, Le Courrier du Livre, pour la version française

ISBN : 978-2-702-91897-5

[www.editions-tredaniel.com](http://www.editions-tredaniel.com)

À mes maîtres et compagnons dans ce voyage :

Tabula Rasa  
Noche  
Comet's Promise  
Midnight Merlin  
Hawk  
Nakia et Nakia

## REMERCIEMENTS

Ce livre n'existerait pas sans le soutien chaleureux de mon mari, Steve Roach. Sa musique et sa vie ont toujours été le reflet du voyage du héros à travers les ténèbres, la lumière et toutes les ombres intenses qui résident entre ces extrêmes. Il n'a jamais failli face à l'authenticité et il me connaît mieux que toute autre créature vivante à deux jambes. J'ai souvent traversé l'angoisse de la page blanche en raisonnant avec la pureté de ses musiques et avec les intuitions indicibles qu'elles font naître.

Je ne pouvais imaginer rencontrer un éditeur aussi sensible et enthousiaste que Jason Gardner. Il a su accueillir mes idées et mes expériences les plus confrontantes en me questionnant, en me soutenant à chaque étape de ce cheminement. Je ne remercierai jamais assez mon agent, Felicia Eth, pour avoir cru à ce projet et m'avoir aidée à rassembler mes idées. Mes meilleurs vœux à ses filles et à leur nouveau cheval !

J'aurais aimé que ma mère, Martha Kohanov, soit présente et puisse tenir ce livre entre ses mains. Elle n'a jamais douté de sa publication et elle a cru en moi lorsque personne d'autre ne comprenait ce que je tentais de faire. Je ne suis pourtant jamais parvenue à la faire monter sur un cheval.

Ma gratitude éternelle va à mon père, Nicholas Kohanov, qui, par compassion, prévoyance et sacrifice personnel, a retenu les eaux toxiques de la mer Noire pour me transmettre la sagesse des ancêtres chevaux à travers sa lignée génétique tumultueuse.

Mes remerciements vont à ma sœur, Kathryn Vrabel, son mari Myron, sa fille Brianna et ma tante Kathryn Jones pour la foi qu'ils ont mis dans ce projet, tempérant l'intensité de mes sessions marathon d'écriture par un certain sens de l'humour. Mes meilleurs vœux vont à ma jeune nièce, Reimi, qui porte la sagesse chinoise dans son sang.

Je remercie tout spécialement chacune des merveilleuses cavalières et formatrices qui m'ont aidée à lancer « Epona Equestrian Services » : Julia Coleman, Paula Frey, Cathie Hook, Stacey Kollman, Dana Light, Shelley Rosenberg et Cathy Schreiber. Merci à Buck et Dana Light pour avoir partagé leurs histoires et leur sagesse au cours de merveilleux dîners dans leur ferme au sud de l'Arizona. Linda Zimmerman et Georges Sarah, propriétaires du « Ranch » à Tucson, bien au-delà de leurs visites, m'apportèrent leur soutien de multiples manières durant l'écriture de ce livre.

J'ai une gratitude toute spéciale pour mes mentors dans le domaine de la thérapie équine et de la communication animale ; ce sont des professionnels qui ont respecté ma vision originale tout en partageant librement leur sagesse durement gagnée : Laura Brinkerhoff, Barbara Rector, Maureen Fredrickson, Dianna Hine, Sharon Callahan, Tamara Solange et Vita Lobelle. Des remerciements particuliers vont à Patricia Hursh et Kathleen Barry Ingram, dont les clarifications me permirent d'accéder à un niveau supérieur dans mon travail et dans ma vie. Merci à Lewis Mehl-Madrona pour cette session très puissante. Je remercie aussi l'écrivain et peintre de chevaux, Kim McElroy, pour l'inspiration de dernière minute, et Judy Delano, peintre de chevaux, pour l'inspiration initiale, et pour avoir aidé à rêver Rasa en toute sécurité.

Sans aucun doute, j'ai appris autant de mes élèves que de moi-même. De tout cœur, merci à Hope Crabtree, Betty Franklin, Ernestina, Joshua et Linda, la famille Florez, Bianca, Autumn et Ellen, Jillian Lessner, Jess DeVaney, Lori et Ken Shaver, et aux nombreuses personnes qui m'ont autorisée à raconter leur histoire. J'adresse des remerciements particuliers à deux femmes merveilleuses dont les vies parallèles se sont mêlées dans l'étude du cas de « Joy ». Des pommes et des carottes pour l'éternité à mes élèves à quatre jambes qui ont sûrement été mes meilleurs professeurs.

Je veux aussi remercier mon premier mari, K., avec qui j'ai exploré une grande partie de ce domaine. Il y avait de grandes leçons de sagesse dans nos moments d'imperfection.

Un remerciement particulier va à J. Otis Powell, poète et essayiste, pour ses encouragements constants, ses inspirations artistiques, et nos débats animés. Il est l'un des rares citadins que je connaisse à avoir eu le courage et la ténacité d'amener Tabula Rasa dans sa propre « théologie », puissante et en continuelle évolution. J'ai compris qu'il a reçu la connaissance des chevaux lorsque j'ai lu la fin de son poème :

Les chevaux sauvages de nos désirs  
Galopent dans le vent de la montagne  
Et s'éloignent avec notre bon sens.  
Pour le plaisir.  
Simplement pour le plaisir.

Une gratitude éternelle va à mon troupeau pour avoir réalisé cela.

Au moment de l'impression de ce livre, l'association « Equine Facilitated Mental Health Association », le département de l'Association américaine d'équitation dédié aux personnes handicapées, s'est réunie avec les autres départements de cette association afin de créer un code de terminologie et de pratique pour les différentes activités

dans lesquelles les chevaux sont utilisés dans des buts thérapeutiques. La terminologie utilisée dans ce livre se base sur le vocabulaire le plus communément utilisé par les principaux responsables de ce domaine en 2001.

Le centre équestre Epona propose des programmes de psychothérapie assistée par des chevaux, associant des professionnels de la santé mentale et des instructeurs d'équitation thérapeutique. Ces équipes animent des séances individuelles et des ateliers de groupe pour les personnes qui font face à des problèmes psychologiques importants. Epona est aussi spécialisé dans l'apprentissage par l'équitation, défini par l'EFMHA « comme une approche du domaine de l'éducation par l'équitation ayant une composante thérapeutique. » Ces séances « sont dispensées par un instructeur en équitation thérapeutique qui possède une formation spécifique pour travailler en utilisant l'apprentissage par l'équitation » mettant ainsi l'accent sur « la nature interactive du bien-être émotionnel, mental, social, physique et spirituel des participants. »

Selon l'EFMHA, « l'éducation par l'équitation favorise l'exploration des sentiments et des comportements personnels, alors que la psychothérapie assistée par les chevaux développe à la fois l'exploration des sentiments et des comportements personnels et leur interprétation clinique. » Les participants qui font face à un problème personnel complexe durant une des sessions à Epona consultent immédiatement l'un des psychothérapeutes qui suivent le déroulement du programme.

Aaron Katcher, psychiatre, auteur et professeur à l'université de Pennsylvanie, écrit : « Il existe une évidence clinique pour affirmer que le contact avec les chevaux peut considérablement faciliter les progrès au cours d'une psychothérapie, en particulier lorsque les formes verbales et non-verbales de la communication sont intégrées. » Toutefois, note Katcher, vice-président de l'association « Animal Therapy Association » et responsable médical auprès de « People, Animal, Nature, Inc », : « Travailler avec des chevaux comporte des risques et ne devrait être pratiqué que par des professionnels ayant reçu une solide formation et qui sont particulièrement sensibles à la communication avec les chevaux autant qu'avec les êtres humains. Tout le monde ne peut pas posséder de telles capacités et ce ne sont pas les séminaires de courte durée qui permettent de les acquérir. Malheureusement, à cause de l'attraction pour les thérapies assistées par des chevaux, des programmes de formation, trop courts et inadéquats, sont proposés pour qualifier des thérapeutes. Les professionnels de la santé mentale qui désirent orienter leurs patients vers de tels programmes doivent être particulièrement attentifs à l'évaluation des qualifications des praticiens. » Vous pouvez trouver des praticiens compétents dans ce domaine auprès du NARHA. Le site internet [www.taooequus.com](http://www.taooequus.com) propose aussi une liste de professionnels dans le domaine de la thérapie assistée par les chevaux et de la communication animale.

## INTRODUCTION

Einstein savait exactement ce qu'il voulait de la vie. Pendant quinze ans, il a travaillé avec assiduité pour maîtriser son métier et, bien qu'il ne soit pas encore prêt pour la retraite, il désirait intensément changer d'allure. Il ne voulait plus franchir d'obstacle. Cela ne le satisfaisait plus d'enseigner les rudiments à un groupe de dilettantes branchés qui ne pouvaient pas vraiment apprécier les idées subtiles qu'il essayait de partager. Ce qu'il désirait vraiment, c'était d'avoir une compagne sensible et bien élevée qui serait au niveau de son talent, plus intéressée à acquérir de l'expérience que de la gloire, et un patron qui l'aiderait en échange d'une formation privée dans son domaine d'expertise.

Mais Einstein avait un problème : il avait quatre jambes et ne parlait aucun des dialectes humains. Au contraire, il devenait ce que l'on nomme un cheval « difficile ». Son propriétaire n'était plus sûr de lui trouver un lieu de résidence. Des personnes étaient venues l'admirer, certaines avaient même apporté de grosses liasses de billets, mais Einstein n'était pas impressionné par les vêtements coûteux et les remorques rutilantes. Il n'avait aucune considération sur les visions des autres en ce qui concerne la gloire et les récompenses. En fait, plus l'éventuel acheteur était exubérant et entraîné, plus Einstein aimait rendre l'essai de monte infernal. Il bronchait et s'emballait, et parfois même parvenait à désarçonner l'individu importun, méthode qu'il avait perfectionnée pendant une courte et frustrante carrière dans un club d'équitation. D'autres fois, il esquivait, se cabrait et s'agitait avant que quiconque puisse lui mettre une selle, en particulier lorsqu'il était en présence d'hommes qui désiraient le faire sauter.

Finalement, le propriétaire sollicita l'aide de Tamara Solange, entraîneur experte non seulement dans l'art classique de l'équitation appelé dressage, mais qui connaissait aussi différentes approches intuitives. Après avoir passé un moment à recueillir des informations sur son passé, avoir médité en silence en sa présence et avoir utilisé la méthode appelée « test musculaire » pour confirmer ses impressions sur Einstein et plusieurs chevaux qui l'entouraient, elle écrivit l'annonce suivante, avec la « bénédiction » du cheval : « Dynamique hongre Holsteiner importé. Belle présence dans une carrière. Pour cavalière formée au dressage ou professionnelle. Instructeur s'abstenir. Réservé aux cavalières expérimentées et attentionnées. »

Lorsque Allison Randall lut l'annonce dans un magazine d'équitation, son cœur s'emballa. Forte de vingt années d'expérience dans l'entraînement au dressage et au concours complet, Allison sentait qu'elle était arrivée à la croisée de sa carrière. Elle avait besoin d'un enseignant de haut niveau, connaissant tous les mouvements de niveau supérieur, qui soit patient et pourtant suffisamment exigeant pour affûter ses connaissances, qui permette d'intégrer à sa technique un sens affiné de la précision, du rythme et de l'équilibre qu'elle pourrait ensuite transmettre aux chevaux plus jeunes qu'elle avait en charge d'entraîner ou de monter en concours. Elle cherchait un cheval comme Einstein.

Le jour où Allison vint rencontrer Einstein, elle dut subir un interrogatoire de plus d'une heure avant d'être autorisée à le voir. Le propriétaire et l'entraîneur qui avaient rédigé l'annonce voulaient tout savoir à son sujet, y compris ses intentions concernant ce cheval. De toute manière, en dernier lieu, tout dépendrait d'Einstein. Lorsqu'arriva le moment de mettre le pied à l'étrier et de se mettre en selle, Allison était si nerveuse qu'elle ne savait plus si elle était à même de monter un tel cheval. Cependant, en dépit de la vulnérabilité de son état émotionnel, et peut-être aussi à cause de cela, Einstein semblait anticiper ce qu'Allison voulait et il compensait avec bonne grâce ses petites défaillances de concentration. Le cheval répondait à ses demandes les plus maladroites et malgré des fautes qui auraient habituellement mis Einstein en rage, ensemble ils étaient capables d'effectuer les mouvements complexes d'un couple hautement qualifié. Enfin, lorsque Allison descendit de selle, Einstein la suivit dans la carrière comme s'il la connaissait depuis toujours. Après avoir vu un tel spectacle, tout le monde dans l'assistance avait les larmes aux yeux et le propriétaire s'arrangea pour qu'Allison puisse financer l'achat.

Pendant une année, Einstein a tout fait pour développer sa mauvaise réputation et certains pensaient qu'il était devenu complètement fou. Pourtant, il avait un certain génie pour se faire comprendre. Bien qu'il soit devenu plus exigeant envers Allison qui continuait à perfectionner ses compétences, il est resté tel un gentleman accompli en sa présence et il a pris son travail très au sérieux. Chaque jour, après avoir été monté, pansé et nourri, il se place à l'extérieur de sa stalle, face à la carrière et regarde Allison entraîner d'autres chevaux, comme s'il prenait mentalement des notes.

Est-ce que les chevaux font des choix ?

Possèdent-ils une volonté propre ?

Comment font-ils pour connaître ce que les personnes pensent et ressentent ?

Possèdent-ils des qualités psychiques ou savent-ils lire le langage corporel de leur entourage, à un niveau très raffiné ?

Les chevaux sont-ils des êtres spirituels qui possèdent une destinée qui leur est propre ?

Si c'est le cas, de quelle manière cette destinée est-elle interconnectée avec le futur de l'humanité, en particulier



actuellement, alors que les machines ont remplacé la plupart des fonctions que ces animaux exécutaient auparavant ?

À quoi ressemble l'histoire de la civilisation du point de vue des chevaux ?

Quelle est la différence entre le mental équin et le mental humain ? Quels aspects du comportement équin nous serait-il bénéfique d'adopter ?

Qu'ont en commun tous les grands cavaliers, au-delà de leur manière de monter ou leur nationalité ?

Pourquoi les femmes sont-elles tant attirées par les chevaux ?

Ce sont quelques-unes des questions auxquelles le livre *Le Tao du Cheval* tente d'apporter des réponses. C'est parce que les activités équestres ont longtemps été associées à la conquête, la noblesse et la compétition, que la plus grande part de la sagesse naturelle des chevaux est restée dans l'ombre. Ces êtres sensibles et non-prédateurs répondent au monde avec des manières qui sont traditionnellement associées aux valeurs féminines ; cependant, de nombreux propriétaires amateurs de chevaux, et un nombre surprenant d'entraîneurs professionnels, ont des difficultés à saisir les facettes les plus subtiles du comportement équin. Un étalon fougueux, dix fois plus imposant que la moyenne des humains, inspire un sentiment de respect mêlé de crainte, et même de peur, chez certaines personnes, mais la première impression peut être trompeuse. Ce genre de puissance ne peut pas être apprivoisé par l'intimidation ou la contrainte. Une femme de cinquante kilos peut réussir à entraîner un mustang indiscipliné avec des méthodes qui ne sont pas aussi flamboyantes et énergiques que celles qu'un grand gaillard de cow-boy d'un mètre quatre-vingt peut utiliser, pourtant le cheval la respectera davantage, pas moins en tout cas, pour son inclinaison à la collaboration et sa douceur.

En 1993, lorsque j'ai commencé mes recherches sur la complexité des relations entre les chevaux et les hommes, j'ai été surprise de voir combien si peu de livres avaient été écrits sur le sujet. Depuis lors, des best-sellers tels que *L'homme qui murmurait à l'oreille des chevaux*, de Monty Roberts et *Le Chuchoteur*, de Nicholas Evans ont été publiés, et cela confirme ma conviction que de très nombreuses personnes sont intéressées par le sujet. Mais ces livres ne font qu'effleurer l'étrange et le merveilleux qui peuvent apparaître lorsque deux espèces s'entendent.

Pour commencer, j'ai étudié sur le terrain, en rencontrant et en m'entretenant avec des entraîneurs talentueux et en utilisant nombre de leurs idées avec mes propres chevaux. J'ai comparé la physiologie du cerveau du cheval à celle du cerveau humain ; j'ai rassemblé tous les mythes qui circulaient à propos des chevaux afin de les confronter à la réalité. J'ai noté que certains cavaliers constatent le développement de leur créativité et de leur intuition résultant de leurs interactions avec ces animaux, alors que d'autres ne montrent que de la frustration. J'ai progressivement commencé à en comprendre les raisons. Je me suis engagée dans l'équithérapie et j'ai vu des victimes d'attaque d'apoplexie accroître leur mobilité, des patients victimes de paralysie cérébrale retrouver leur équilibre et leur contrôle musculaire, des enfants autistes « inaccessibles » parler à leur cheval. Au cours de cette recherche, j'ai découvert des faits inattendus et extraordinaires.

Tout d'abord, j'ai découvert que les chevaux sont plus intelligents que nous le croyons, et je veux dire bien plus intelligents. Lorsqu'on permet à un cheval d'être dans un environnement relativement dépourvu de stress, son mental danse littéralement avec toutes les nuances communes aux génies créateurs. En devenant complice de son partenaire équin, le cavalier peut puiser dans ce même courant. J'ai aussi découvert des preuves significatives que l'humanité n'a pas domestiqué les chevaux de manière intentionnelle ; au contraire, cette espèce a choisi de s'associer avec les membres des premières communautés agricoles et finalement d'attirer certains humains vers un style de vie nomade, influencé autant par le comportement des chevaux que par celui des humains. Au cours de cette recherche, j'ai aussi élargi mon point de vue sur la nature de l'intelligence humaine, et sur nos méprises largement répandues à ce sujet, autant que sur les bizarreries comportementales et les erreurs historiques qui ont mené nos ancêtres sur une voie inutilement destructrice.

Pour le grand public, on peut dire que l'élément le plus important du *Tao du Cheval* est le suivant : afin de déchiffrer les mythes que nous entretenons à propos de ces animaux, afin de dissiper le brouillard qui enveloppe nos idées préconçues, nous sommes finalement obligés d'avoir un regard critique sur notre propre espèce. Au cours de cette recherche, nous ne pouvons que révéler quelques secrets sur notre espèce, les artefacts enfouis sous des millénaires de domination masculine, et les tendances qui s'ensuivent, comme l'accent mis sur la pensée aux dépens de l'émotion, sur la logique aux dépens de l'intuition, sur le territoire aux dépens des relations, sur le but aux dépens de la méthode et sur la force aux dépens de la collaboration.

Lors des recherches que j'ai menées pour ce livre, je n'ai cessé d'être impressionnée par le lien puissant qui se développe instantanément entre les femmes et les chevaux, les relations qui mettent l'accent sur les profondes qualités de guérison inhérentes à des relations respectueuses entre les deux espèces. Le fil conducteur taoïste qui parcourt mon livre est le facteur unifiant pour expliquer la manière avec laquelle ces animaux nourrissent leurs cavaliers sur le plan physique, mental, créatif et spirituel tout en inspirant un accroissement de la conscience sensorielle et extrasensorielle chez bien des personnes, quels que soient leur milieu ou leur système de croyance. Au début, le titre *Le Tao du Cheval* n'était qu'un titre provisoire, mais mon éditeur, Jason Gardner, et moi-même avons ressenti que c'était la meilleure description des thèses de mon livre : les chevaux ont une relation au monde

qui est très féminine ou « yin ». Cette espèce est un exemple vivant de la réussite et de l'efficacité des valeurs féminines, préférant la coopération à la compétition, l'affection à la stratégie, l'émotion et l'intuition à la logique, les moyens aux buts, et toute l'approche créative de la vie que ces qualités engendrent. Le taoïsme est unique parmi les philosophies orientales et occidentales car il offre un modèle élaboré sur l'action de la sagesse féminine et sur la manière dont ces qualités, habituellement négligées, peuvent être utilisées pour tempérer des aspects plus destructeurs de la nature humaine.

Le Tao du cheval pourrait s'énoncer aussi « La Voie du Cheval », mettant en avant les qualités de transformation et de guérison de cette voie. Dialoguer avec ces animaux peut s'avérer incroyablement thérapeutique sur le plan physique, mental et spirituel, en aidant les personnes à réveiller des capacités oubliées depuis bien longtemps, et qui permettent de guérir les déséquilibres du monde moderne. À une époque où les chevaux ne sont plus nécessaires pour travailler dans nos champs ou nous mener à la guerre, ils peuvent accomplir quelque chose qui est sûrement plus important : nous faire évoluer. La manière dont les chevaux sont utilisés à ce propos, et l'approche avec laquelle nous pouvons développer ce modèle dans le futur constituent les thèmes essentiels de ce livre.

Au cours de ces cinq dernières années, j'ai développé une série de programmes basés sur les concepts présentés dans ce livre. Ces ateliers et ces séances individuelles emploient les chevaux pour enseigner aux personnes de tous âges et de toutes conditions la manière d'atteindre un meilleur équilibre physique, mental, émotionnel et spirituel.

Grâce au centre Epona (Epona Equestrian Services), mon entreprise installée à Tucson qui emploie des entraîneurs et des conseillers utilisant le potentiel thérapeutique des activités équestres, j'ai compris de quelle manière les chevaux qui en ont le talent peuvent faciliter le développement de l'être humain. Le centre équestre d'Epona figure parmi les centres qui proposent la psychothérapie assistée par les chevaux et des programmes d'apprentissage. Dans ce domaine, qui a déjà attiré quelques-unes des personnes les plus créatives et compatissantes du monde du cheval, il existe des milliers d'anecdotes qui illustrent comment les chevaux peuvent aider avec une grande efficacité des personnes à réintégrer le corps et le mental, à amener à la conscience des schémas de comportements inconscients et à développer la confiance en soi, la gestion du stress et l'estime de soi afin d'améliorer leurs relations, leur carrière, leurs résultats scolaires ou leur rôle de parent. Depuis 1997, le centre Epona propose aussi des ateliers de réhabilitation et des séances individuelles aux femmes qui ont souffert d'abus physiques, émotionnels ou sexuels, et les résultats sont très impressionnants. Par ce travail, des vétérans de la guerre du Vietnam, des personnes dépendantes de drogues ou de relations sexuelles, et des adolescents ayant des difficultés à gérer leur comportement agressif, ont obtenu des changements significatifs.

Une grande majorité des formations équestres reste orientée vers la compétition et encourage les élèves à laisser leurs problèmes à la porte. Bien que cela soit satisfaisant pour un travail en manège, la répression continue des problèmes personnels (que les chevaux ont tendance à amplifier) conduit à des frustrations, des tensions, de la colère et des emportements abusifs, comme le montrent certains cavaliers sous pression. De nombreux moniteurs d'équitation ne sont pas à même de gérer les difficultés psychologiques et émotionnelles que leurs élèves apportent dans le manège, et les cavaliers, quel que soit leur niveau de compétence, sont provoqués par le comportement de leur monture. Les leçons d'équitation qui se déroulent au centre Epona prennent en compte les capacités troublantes des chevaux à faire remonter à la surface ce type de matériel, en utilisant des méthodes thérapeutiques éprouvées et des techniques de concentration pour aider les cavaliers à reconnaître leur propre contribution aux prétendus problèmes du cheval et aller au-delà du défi qui apparaît lorsque deux espèces interagissent. Le livre Le Tao du cheval montre comment les cavaliers et les entraîneurs peuvent dépasser ces difficultés en s'occupant de chaque défi ou échec qui se présente comme une opportunité de grandir.

Les idées exposées dans ce livre intéresseront aussi les personnes qui étudient les domaines de la psychologie et de la conscience, car j'ai trouvé que nombre de mes expériences avec les chevaux vont dans le sens des observations scientifiques les plus audacieuses dans les domaines du mental, des émotions et du comportement. À cette fin, j'ai approfondi les théories concernant la télépathie, la conscience humaine face à celle des animaux et l'autonomie, matrices archétypales de sagesse qui sont connues des membres réceptifs de notre espèce. Dans mon cas, il s'agit d'une libre « connaissance du cheval » que j'utilise lorsque j'entraîne ces animaux afin de recevoir des clarifications intuitives et cependant hautement spécifiques pour des problèmes que je ne pourrais pas résoudre par un processus mental conventionnel. J'ai partagé mes expériences avec d'autres femmes qui entraînent des chevaux, et qui admettent, elles aussi, ressentir cette force lorsqu'elles travaillent ; et les anecdotes à ce propos sont stupéfiantes. Toutefois, si je n'avais pas obtenu leur confiance, je n'aurais jamais partagé cette information. La plupart des entraîneuses qui en font l'expérience – certains hommes admettent la faire également, n'ont jamais pu l'exprimer clairement auparavant. En fait, elles ont évité de la faire de peur d'être considérées comme folles. C'est une partie essentielle du grand secret qui se chuchote entre chevaux et humains ; pourtant, je crois qu'il est possible de démystifier le processus sans rien enlever des perspectives extraordinaires qui sont offertes.

Mes premières motivations à écrire ce livre sont venues à la suite d'une série d'expériences apparemment irrationnelles et finalement transformatrices avec mes propres chevaux. Ces événements m'ont motivée à faire des recherches plus approfondies autant en moi-même que dans le domaine équestre, d'autant plus que j'étais devenue entraîneuse et praticienne en thérapie assistée par des chevaux. Dans la plupart des milieux, de telles expériences auraient été classifiées comme « phénomènes psychiques », bien que j'aie compris depuis lors que ces événements qualifiés de surnaturels découlent en grande partie de processus naturels méconnus. Ma première réaction a été de

ne pas rapporter mes propres expériences dans ce livre afin de ne pas compromettre l'intégrité d'études plus recevables sur les interactions entre les chevaux et les humains. Puis j'ai pris conscience que c'était ce que faisait la majorité des entraîneurs et des chercheurs dans le domaine équestre, alors même que cet élément que l'on gardait sous silence constituait une part des connaissances historiquement associées avec les chuchoteurs. Après avoir dépassé la peur d'être considérée comme folle, j'ai entrepris d'examiner cette dynamique. Mon ouverture a eu pour effet de me conduire dans un territoire encore plus étrange, mais en fin de compte, j'ai atteint le point à partir duquel je pouvais affirmer avec certitude que ce sixième sens est un phénomène légitime comportant certains paramètres et attitudes qui le favorisent, et que les chevaux peuvent stimuler, laissant souvent le cavalier confus et apeuré tant qu'il n'a pas intégré cette nouvelle perspective dans sa vie. J'ai aussi compris que mes réactions suivaient un schéma archétypal d'éveil intuitif. C'est alors que j'ai décidé d'incorporer les informations que j'avais collectées dans l'écriture de ma propre histoire, permettant ainsi aux lecteurs de faire le voyage en même temps que moi, leur donnant le même sentiment de découverte, avec toute la charge d'émotion associée, que j'avais pu ressentir lorsque ma recherche objective se transforma en quête acharnée pour trouver la manière d'expliquer l'inexplicable. En pratiquant la psychothérapie assistée par les chevaux, j'ai compris aussi que les meilleurs épisodes de guérison entre humains et chevaux dépendent de processus qui défient les théories scientifiques et psychologiques conventionnellement acceptées.

Le propos du Tao du cheval est en rapport avec la thérapie des chevaux, l'équitation et le comportement du cheval, mais surtout en rapport avec ce que ces magnifiques créatures nous enseignent avec patience. Il s'agit du courage et de l'humilité, de l'attention et de la flexibilité nécessaires à un être humain pour écouter ces messages. Il s'agit de cet espace de réflexion dont nous faisons l'expérience en leur présence. Il s'agit de la transformation qui nous attend lorsque nous accueillons des souffrances qui semblent irrationnelles avec la même grâce et la même dignité que le cheval montre face à l'adversité.

La réponse d'un être humain face à un traumatisme varie d'un sentiment envahissant de peur à des ressentis d'échec personnel, de rejet, de ressentiment ou de défiance envers l'univers. Cela ainsi que d'autres émotions puissantes s'infiltrent dans l'art équestre, car les meilleures intentions, aspirations ou préparations sont régulièrement contrariées par des circonstances ou des blessures imprévisibles. Il est courant de voir un cavalier monter différents chevaux, cherchant désespérément l'animal rare qui sera physiquement et mentalement capable de satisfaire quelque objectif de concours d'une vie entière. Passe-t-il à côté de quelque chose de vital lorsqu'il écarte toutes ses « erreurs » ? Certaines personnes semblent attirer les chevaux à problèmes. Est-ce de la malchance, un mauvais karma ou bien existe-t-il un autre principe, plus complaisant, derrière cela ? Existe-t-il une lumière cachée derrière ces moments d'obscurité que nous essayons souvent d'écarter ou d'éviter ?

Lao-Tseu observe que : « C'est dans le malheur que repose le bonheur », indiquant ainsi ce qui constitue sans doute l'un des plus puissants paradoxes taoïstes, et que mon propre troupeau me présenta à plusieurs reprises. À travers ce livre, j'agrémenterai la description de mon propre cheminement par le récit des odyssées de nombreux enseignants à deux ou quatre jambes qui n'ont cessé de me rappeler que les mystères de la vie, les plus beaux cadeaux de l'existence, arrivent bien souvent sur le dos de chevaux noirs.

L'APPEL  
Première partie

L'illumination ne consiste pas à imaginer quelque lumière mais à rendre les ténèbres conscientes.

C.G. Jung

## CHAPITRE I

### RASA

C'est l'histoire d'une femme et de son cheval ; à première vue, cela fait un peu cliché. Après tout, beaucoup de jeunes adolescentes deviennent de vraies fans des chevaux, en alignant sur les étagères de leur chambre des figurines des différentes races de chevaux ou en réclamant à leurs parents des leçons d'équitation. Pour la plupart, l'obsession se renforce avec l'âge. Il n'est pas rare de voir que les quatre-vingt-dix à quatre-vingt-quinze pour cent des personnes qui assistent à un concours de dressage ou de jumping sont des femmes. Les magazines consacrés aux chevaux et à l'équitation notent que les femmes représentent la majorité de leur lectorat. Les hommes dominent encore le monde des courses ou du polo, et ils représentent aussi la majorité des entraîneurs et des cavaliers professionnels. Toutefois, pour une femme, l'équitation représente souvent quelque chose de plus profond qu'un sport ou un passe-temps favori. Parmi toutes les photos qui ornent son bureau, il y en aura inévitablement au moins une de son partenaire à quatre jambes et lorsqu'elle trouve le bon entraîneur, elle en parle souvent avec la révérence accordée à un gourou. Une sensation de douce extase entoure chaque cavalière et sa monture, comme si une partie perdue d'elle-même ressuscitait lorsqu'elle galopait sur les sentiers, comme si tous les siècles au cours desquels les hommes sont partis en guerre sur des coursiers bien préparés semblaient dérisoires face à ce simple moment de compréhension entre une adolescente et sa première jument baie.

J'en suis venue à réaliser que les femmes et les chevaux sont pleinement capables d'élaborer de nouveaux mythes pour le futur, basés non pas sur la conquête et la domination mais sur l'harmonie et la collaboration. Les modes d'interaction véritablement féminins ne peuvent que mettre à jour les artefacts d'expériences enfouies sous les idées préconçues de notre monde mécanique, preuve d'un temps où les chevaux enseignaient aux humains et où ils étaient respectés pour leur sagesse naturelle. Certains de ces trésors sont physiques ou émotionnels, comme cette union sensuelle de la force et de la douceur à fleur de peau, comme ce fleurissement de clarté et de sérénité qui se libère lorsque le fait de contrôler une créature de cinq cents kilos passe par l'esprit et non par le muscle, comme cette lueur d'espoir qui naît lorsque nous comprenons que ceux qui vivent en tant que proies sont tout à fait capables de se montrer plus malins que ceux qui vivent en tant que prédateurs. Certains de ces trésors ne peuvent être conçus que comme spirituels, comme la disparition de la séparation entre l'esprit et le muscle ou la promesse de voir le lion se tenir près de l'agneau au paradis – à moins que ce ne soit près de la jument ?

C'est peut-être tout ce que j'ai pu entrevoir la première fois que j'ai fixé une jument noire dans les yeux. Elle se tenait dans un box qui sentait les copeaux de pin et elle me parla avec plus d'éloquence dans son silence que quiconque ne l'a jamais fait avec des mots. J'avais déjà visité tous les ranchs et fermes d'élevage de Tucson, et je passais le week-end à Phoenix en quête du meilleur parti. Je recherchais une pouliche dont l'esprit n'avait pas été brisé par la selle et tout ce qui l'accompagne. J'avais un grand besoin inconscient de ces relations entre les humains et les chevaux qui avaient été coutumières parmi les membres d'un clan ancestral, bien qu'à cette époque je ne savais pas qui étaient mes ancêtres et que leurs fantômes me conduisaient dans cette quête.

Pourtant, je m'étais retenue de tomber amoureuse d'elle. J'avais déjà acheté un cheval sous l'emprise d'une impulsion et je voulais que tout se passe bien cette fois-ci. Je fis une offre d'achat en exigeant de procéder à un examen vétérinaire et j'avais décidé que je ne prendrais pas cette pouliche s'il y avait la moindre indication d'un problème. Une semaine plus tard, elle passait l'examen vétérinaire avec succès. La semaine suivante, elle était amenée dans la pension de Tucson où je gardais un ancien pur-sang de course farouche ainsi qu'un mustang qui avait été maltraité.

L'éleveur de la pouliche l'avait baptisée Black Beauty à sa naissance. C'était le nom du cheval héros de ce roman du xix<sup>e</sup> siècle écrit par Anna Sewell, le premier livre à avoir attiré l'attention du grand public sur les tortures endurées par les chevaux livrés aux hommes. Comme pur-sang arabe ayant une lignée égyptienne, ce nom était comme gravé dans la pierre du point de vue administratif. Si les papiers qui accompagnaient le cheval ne pouvaient pas changer, je n'étais pas obligée de me référer au nom légal de Black Beauty chaque fois que je voulais l'appeler. Je décidais donc de l'appeler Tabula Rasa, ce qui signifie table rase en latin, ou simplement Rasa, qui est aussi un terme de musique indienne utilisé pour définir l'expression d'un mode musical, d'une émotion spirituelle ou d'une image naturelle non musicale à travers une longue improvisation. Mon intention était de protéger le plus jeune membre de mon troupeau des peurs et des injustices dont j'avais vu le frémissement dans les yeux de mes autres chevaux, des traumatismes que j'avais tenté, en vain, de guérir.

On dit qu'un éléphant n'oublie jamais. C'est vrai aussi pour les chevaux, et c'est la raison pour laquelle il est si important de les traiter avec une extrême délicatesse et, par-dessus tout, de s'efforcer de faire les bonnes choses dès la première fois. La plupart des animaux que j'ai vus dans les pensions des environs de Tucson présentaient des problèmes de comportement provenant d'un traumatisme physique ou émotionnel.

Le vieux cheval que j'ai acheté pour mon mari Steve en est un bon exemple. Au début, Noche réagissait comme si j'allais le taper sur la tête chaque fois que j'entrais dans sa stalle. Les carottes étaient pour lui des objets étranges et il fallut des semaines de câlineries avant qu'il accepte de prendre quelque chose placé dans ma main. Depuis lors, un plaisir fantastique se reflète sur sa face ; il est d'ailleurs très attaché à ce plaisir maintenant. Pourtant, même après des mois passés à gagner sa confiance, les mauvais traitements engrangés dans la mémoire de Noche

refaisaient surface à la moindre provocation.

Lors d'une chaude après-midi d'été, j'entrai dans l'écurie avec des pommes dans les mains, mais le cheval refusa de s'approcher de moi. En fait, il s'ébrouait et il courait dans la carrière comme si j'étais le diable. Il me fallut une demi-heure pour trouver d'où venait le problème. Pour la première fois depuis notre première rencontre, je portais un chapeau de cow-boy pour protéger mes yeux du soleil. Lorsque je l'ai enlevé pour essuyer la sueur de mon front, le cheval apeuré se calma instantanément. Noche s'attendait au pire des personnes lorsque leur tête avait cette forme étrange.

Je maintenais que ma nouvelle pouliche ne devait rien craindre de la race humaine, quel que soit le chapeau porté. Contrairement à Noche qui reculait de peur au fond de sa stalle lorsqu'une personne s'approchait de lui, Rasa était sociable, curieuse, affectueuse et toujours prête à une nouvelle frasque, qu'il s'agisse de jauger de nouvelles personnes, de taquiner ses compagnons d'écurie ou de mettre en fuite les coyotes qui traversaient la carrière. Elle faisait « tabula rasa » uniquement par rapport aux influences humaines défavorables. Son caractère était très franc et c'était un plaisir de voir que ses actions et ses émotions avaient leur origine dans son plus pur abandon. Le défi consistait à la garder ainsi alors que nous devions avancer dans son apprentissage traditionnel.

En même temps, j'étais sûre que Rasa m'associait avec les bonnes choses de la vie, non seulement les carottes mais aussi les aventures. Ensemble, nous avons parcouru des kilomètres dans le désert, à la recherche de quelques touffes d'herbe. Lorsqu'il se mettait à pleuvoir et que des ruisseaux se formaient, nous jouions comme deux enfants dans cette eau ruisselante. De retour à l'écurie, nous courions l'une après l'autre dans le manège et prenions le temps de nous nettoyer mutuellement. Pendant que je la frottai au garrot, elle me massait le haut du dos avec ses lèvres puissantes. Elle avait fini par trouver la manière d'utiliser son museau pour me signaler les endroits de son corps où elle souhaitait quelques bons grattements, et j'étais heureuse de lui rendre ce service.

Les autres propriétaires pensaient que j'avais perdu la tête. Certains me mettaient en garde contre le fait que Rasa pouvait perdre contrôle et m'écraser, voire me faire une profonde morsure. D'autres m'accusaient de traiter mon cheval comme un chien. Pourtant, l'affection que nous nous exprimions mutuellement n'avait rien à voir avec la sensibilité canine. J'avais habitué Rasa à me traiter comme une autre jument. Cependant, je dépassais certaines limites et cela troublait les autres propriétaires. La grande majorité des cavaliers que je rencontrais à cette époque pensait que les chevaux étaient incapables de la forme la plus rudimentaire de discrimination, comme si ces créatures ne pouvaient que profiter de la situation : « Donnez-lui long comme la main et il en prendra long comme le bras. » Certains moniteurs continuent de dire que le fait de nourrir les chevaux à la main peut entraîner la mauvaise habitude de mordre, mais Rasa a toujours su faire la différence entre mes doigts et des carottes, et elle n'a jamais laissé une marque de morsure à mes épaules durant nos petites séances de pansage.

Cela dit, je ne lui avais pas permis d'approcher sa tête de moi lors de notre première rencontre à Phoenix ni de me poursuivre le long de la clôture le jour où elle a été transportée à Tucson. Nous n'avons pris aucune liberté l'une envers l'autre tant que nous n'avons pas atteint un stade de compréhension mutuelle ; et cela s'est installé progressivement. Chaque fois que Rasa se décentrait, nous arrêtons le jeu et elle retournait dans sa stalle. Chaque fois que je faisais quelque chose qui la troublait, elle remuait la queue pour m'en avertir et je me retirais bien avant qu'elle ait l'envie de mordre ou de donner un coup.

Je traitais Rasa avec respect, j'en attendais autant d'elle, et personne n'arrivait à me faire penser que j'étais folle d'agir ainsi. De plus, les propriétaires les plus troublés par mon comportement particulier étaient ceux qui ne venaient s'occuper de leur cheval que deux fois par mois : ils les sortaient alors que leur monture manifestait des troubles de comportement, et ils partaient à grands cris et au galop dans le désert. De tels chevaux deviennent indisciplinés et peuvent même paniquer lorsqu'ils sont hors de vue de leur écurie parce qu'ils ont été enfermés des semaines durant, ayant de rares contacts avec les humains et faisant peu d'exercice. Pourtant, je n'ai jamais vu alors un seul des propriétaires reconnaître dans la confusion extrême de son cheval le signe d'une réaction logique à son enfermement prolongé. Au contraire, ces personnes criaient et juraient tout en essayant de retenir avec force leur monture agitée suffisamment longtemps pour se mettre en selle. Ceux qui revenaient avec un bras cassé ou une clavicule démise étaient les premiers à hocher la tête de désapprobation lorsqu'ils voyaient Rasa me frotter le cou tranquillement.

À cette époque, je n'étais pas vraiment consciente de ce que je faisais, aussi je n'étais pas capable de me justifier auprès des autres cavaliers. Mes excursions joyeuses au-delà des frontières de l'écurie et de ses conventions mettaient à l'épreuve un protocole établi depuis bien longtemps entre les chevaux et les humains et que personne d'autre ne semblait remettre en question. Puisque je ne pouvais exprimer cela à ceux qui me critiquaient, j'expliquais simplement que mon but était de tout faire pour que Rasa se sente à l'aise en ma présence, loin de l'écurie et des autres chevaux, avant que je puisse la monter. J'ai senti que j'avais raison lorsque j'ai commencé à la monter et que nous n'avons eu aucun problème à traverser des gués et à explorer des petits chemins isolés – deux prouesses toutes simples connues pour présenter de sérieuses difficultés à nombre de cavaliers.

L'initiation de Rasa au monde du harnachement a été une expérience charnière en de nombreux points. Je ne me mettais pas de limites, mais lorsqu'il s'est agi de l'aider à accepter un cavalier, je voulais que tout se déroule convenablement dès la première fois, et je savais que je n'étais pas celle qu'il fallait pour cela. Pourtant, de tous les



entraîneurs que j'ai rencontrés, ceux qui étaient spécialisés dans le débouillage employaient des méthodes que j'étais déterminée à éviter. Je ne sentais pas nécessaire d'attacher un jeune animal fringant à une barrière et de le laisser là pendant une heure pour lui apprendre la discipline. Je ne voulais pas qu'une personne frappe Rasa à la tête si elle tentait de mordiller par mégarde, et certainement pas qu'un de ces experts lui assène des coups d'éperon juste pour le plaisir du sport. Je savais aussi que je ne pouvais pas faire valoir mon point de vue auprès de ces entraîneurs qui étaient dans le métier depuis vingt ans, en particulier lorsqu'ils me traitaient déjà comme une femme stupide et sentimentale. Pourtant, je sentais qu'il existait un moyen meilleur d'être en relation avec ces animaux, aussi sûrement que si j'en portais les prémices au plus profond de moi.

## MIROIR, MIROIR DANS TA STALLE

Malheureusement, j'avais expérimenté que l'assurance, l'expérience et le succès d'un instructeur en concours ne justifiaient pas nécessairement sa méthode et que même des techniques approuvées par nombre de personnes pouvaient être désastreuses. Mon premier cheval, un magnifique pur-sang que j'ai appelé Nakia, avait été formé sur le tas et il était passé entre les mains de plusieurs cavaliers amateurs. Lorsque je l'ai achetée, cette jument de sept ans avait pris la mauvaise habitude de tirer au renard, cassant la longe pour s'échapper. Bien entendu, son propriétaire avait fait bien attention de ne pas me signaler la chose, même lorsque je lui avais demandé de me parler des bizarreries de comportement qu'elle avait pu développer. Elle est un peu asociale, avait-il précisé, parce qu'il était pris par deux métiers et qu'il n'avait pas le temps de la monter. J'ai appris par la suite, par un ami commun, qu'il avait décidé de vendre Nakia principalement parce qu'elle avait peur d'être attachée pour être sellée ; mais en fait, cet homme avait agi avec beaucoup de malice pour éviter le moment où nous aurions été amenés à la seller pour la monter.

Crystal Angel était le nom inscrit sur ses papiers. Je pensais que cette dénomination dénotait un peu une sensiblerie nouvel âge, déplacée pour un pur-sang et incongrue pour une jument bai foncé fouguese. À cette époque, je ne connaissais pas vraiment la signification du nom Nakia – c'est ainsi que j'avais baptisé l'un de mes amis équins dans mon enfance – mais ce mot avait des qualités de force et de lyrisme qui semblaient correspondre avec la personnalité de la jument. Nakia avait des idées très définies sur ce qu'elle voulait faire et ne pas faire, et j'ai donc dû user de créativité pour l'amener à coopérer. Cela s'est révélé un peu déconcertant au début. J'ai été élevée avec la croyance que les êtres humains représentent la forme de vie la plus élevée, mais cette jument n'avait pas l'intention de me céder simplement parce que j'étais sur deux jambes. J'ai dû gagner son respect, pas à pas, et j'ai souvent ressenti que c'était elle qui était en train de me former.

Cependant, Nakia était remarquablement indulgente, même si elle restait une jument intelligente et fouguese. Lors des ballades, elle prenait soin de moi, et malgré tous mes efforts, elle gardait la peur panique d'être attachée. Rien de tout ce que j'ai essayé, mis à part de lui donner à manger une poignée de foin pendant que je la sellais, ne semblait agir.

En repensant à cette époque, je suis certaine qu'avec l'aide d'un bon professeur, nous aurions pu traverser cette difficulté et faire d'elle une jument exceptionnellement agréable. Le problème c'est que j'avais été adoptée par un groupe local de cow-boys : plusieurs hommes assez âgés avaient déjà travaillé dans les grands pâturages et quelques autres, plus jeunes et habillés comme Garth Brooks <sup>1</sup>, désiraient quitter leur emploi de bureau pour s'occuper du bétail. Bien que nous prenions beaucoup de plaisir à galoper dans le vaste désert en essayant d'attraper des coyotes au lasso, en soulevant des nuages de poussière au clair de lune lors de nos longues chevauchées tardives, et en poursuivant les bouvillons les nuits de désœuvrement, ces femmes et ces hommes m'ont découragée de faire appel au moniteur de monte anglaise qui travaillait dans ce centre équestre. Stancey Kollman enseignait dans un style vieillot, ne cessaient-ils de répéter. Selon eux, étudier avec Stancey était une perte d'argent et cela n'aurait pu que m'apporter de la confusion dans les idées. À cette époque, j'ai accepté les conseils de mes amis et j'en ai beaucoup souffert. Là, sous mon nez, j'avais l'une des enseignantes les plus consciencieuses au monde, et je n'ai rien fait pour aller apprendre avec elle.

Pendant ce temps, l'habitude qu'avait Nakia de rompre sa longe et de s'échapper était devenue un véritable danger, en particulier dans une écurie ouverte à tous et où les enfants devaient être surveillés en permanence. J'ai cherché alors les conseils de quelques « moniteurs » recommandés par les cow-boys et les employés chargés d'entretenir les écuries. Plusieurs me donnèrent la même solution. Je devais acheter une corde de six mètres de long, assez grosse et souple, et la faire passer sur le dos du cheval en faisant un nœud particulier sous son ventre. Ensuite, je devais faire passer la corde entre ses deux antérieurs puis l'attacher à son licol avant de l'accrocher à l'anneau. Ainsi, au bout d'un certain temps, lorsque Nakia reculerait pour chercher à se libérer, ses efforts seraient contrecarrés. Elle s'agitait, ruerait, se tordrait et se débattrait jusqu'à épuisement. Après cela, elle serait guérie pour toujours. La grosseur de la corde était destinée à minimiser les brûlures provoquées par les frottements et à résister aux tentatives de fugue du cheval, alors que la longueur de corde passant au niveau de son ventre et entre ses antérieurs devait empêcher toute blessure au niveau de l'encolure. On m'avait bien expliqué que quoi qu'elle fasse, je ne devais pas la libérer avant qu'elle soit restée une demi-heure tranquille.

Dire que cette méthode fut un échec est vraiment peu dire. Alors que Nakia tirait avec de plus en plus de véhémence, la corde s'étira jusqu'à avoir la consistance d'un lasso fin et raide ayant deux fois sa longueur d'origine. Cela permit à la jument en furie de se déplacer dans tous les sens autour de son point d'attache, de frapper la porte

de la sellerie à plusieurs reprises, de sauter en l'air en un dernier geste de révolte vigoureux avant de tomber par terre et de gémir de douleur. Les nœuds étaient si serrés que je ne pouvais plus les défaire à la main. L'intérieur de ses jambes était à vif, et j'ai même pensé que Nakia avait pu se fracturer des os.

Alors qu'elle était étendue en train de souffler et de râler, j'étais envahie par un souvenir d'un réalisme envoûtant qui me paralysait et m'empêchait de lui venir en aide pendant un temps qui me parut infini. Cinq ans auparavant, j'avais déclenché un même déploiement violent et autodestructeur de colère effrénée la nuit où j'ai compris que je devais soit quitter mon premier mari soit continuer à ressentir une mort lente, abrutissante et sans fin. J'avais crié et sauté, je m'étais tordue et agitée dans tous les sens en lançant mon propre corps contre les murs de cette maison qui était devenue ma prison avant de m'écrouler au sol en état de choc.

Les intimidations émotionnelles constituent une forme de contrôle habile et insidieux. Les insultes virulentes et les diatribes verbales de mon premier mari ne produisaient aucune contusion visible. Je n'avais aucune raison déclarée de divorcer, aucune preuve physique d'abus qui aurait pu amener le système judiciaire à me défendre. Pourtant, mon estime personnelle et mon efficacité au travail étaient systématiquement réduites à néant. Chaque fois que je prenais trop confiance en moi dans mon travail, chaque fois que j'étais reconnue en tant qu'écrivain et productrice de radio, mon mari me rabaisait avec une série de commentaires menaçants et de jeux sexuels qui me laissaient complètement démoralisée. Généralement, après cela je tombais malade et j'étais ensuite dans la maison pendant des heures en état de catatonie. J'en étais arrivée finalement à un point où le suicide me paraissait être un soulagement bienvenu ; pourtant, une autre partie de ma psyché, plus tenace, avait décidé de se battre. Mon mari ne put que regarder avec horreur lorsque la défense tranquille que j'opposais à une remarque particulièrement cruelle se transforma en hurlements d'angoisse et en cris de rage. Je me tirais les cheveux et je sautais partout dans la maison. Je me sentais comme un animal enchaîné qui se ronge la patte pour pouvoir fuir et j'en suis arrivée à me faire des contusions qui reflétaient toutes les cicatrices secrètes que je portais depuis des années.

Dans un état second, comme dans un rêve, j'ai trouvé un petit couteau dans la sellerie et j'ai pu couper la corde qui avait causé le trauma à ma jument, trauma que j'avais mis en œuvre avec les meilleures intentions. La semaine suivante, elle était si endolorie qu'elle avait du mal à marcher, et lorsqu'elle fut à même d'être sellée à nouveau, elle supportait encore moins d'être attachée. Nous étions toutes les deux effrayées. J'avais confirmé ses peurs les plus terribles et elle avait fait remonter en moi un événement que je croyais oublié. Encore plus surprenant, c'est le mystère qui m'a conduite à acheter un cheval capable de réactiver cet épisode pénible de ma vie. D'une certaine manière, Nakia m'a permis d'observer une explosion émotionnelle parfaitement comparable à la mienne, mais avec un regard différent. Est-ce que mon mari pensait que c'était son devoir de me garder dans une certaine structure ? Pourquoi était-il si effrayé de la partie si passionnée et indépendante de ma personnalité ? N'avait-il pas compris que plus il essayait de me contrôler et plus j'essayais de lui échapper ? Ayant subi l'injustice de la contrainte au cours de mon premier mariage, pourquoi avais-je essayé de placer Nakia sous les mêmes niveaux de contrôle et de rigidité ? Pourquoi avais-je ressenti qu'il était nécessaire que j'attache cette jument alors qu'elle en avait une telle aversion ? N'aurais-je pas pu essayer de la seller dans le corral ou rechercher d'autres possibilités ? Malgré tout ce que je disais sur le fait de traiter les chevaux avec respect, j'avais succombé aux pressions de mes amis cow-boys parce que je ne voulais pas qu'ils pensent que Nakia faisait ce qu'elle voulait de moi. Plutôt que de trouver une solution originale qui aurait convenu à nous deux, je l'avais attachée avec une corde encore plus solide en espérant qu'elle se soumette. Soudain, Crystal Angel ne semblait plus être un nom si déplacé. Je n'ai pas aimé ce que j'ai vu lorsque j'ai regardé dans ses yeux, mais je lui suis reconnaissante pour cet effet miroir.

Durant ce week-end, l'écurie ne me procura aucune distraction agréable lorsque je voyais ma jument blessée dans un coin de sa stalle, regardant avec indifférence la rangée de chevaux en train de se faire panser pour la sortie du samedi. Certains piaffaient ; d'autres refusaient de donner leurs jambes pour faire curer leurs sabots. Un hongre de vingt ans appartenant à l'un de ces cow-boys n'arrêtait pas de se déplacer et de remuer la tête ; il fallut deux hommes pour le seller et le sangler. C'étaient les mêmes personnes qui me disaient que je devais être plus sévère et rester le maître dans ma relation avec Nakia. J'ai été élevée et je me suis mariée dans un monde qui valorise les formes de contrôle et de coercition agressives. Mais le fait de reconnaître simplement cela ne me permettait pas de changer mon comportement. Je n'avais jamais vu d'autres manières de pratiquer, et j'avais du mal à imaginer ce que je devais faire et de quelle manière je pouvais réparer les dommages que j'avais déjà créés.

Ces événements synchrones m'ont aidée à mieux comprendre la dynamique de mon premier mariage. Mon mari avait appris à dominer et non à collaborer. Chaque fois que j'affirmais ma volonté et mon point de vue, mes propres passions et ma créativité, il vivait cela comme une tentative dangereuse visant à lui faire perdre son pouvoir. Ses critiques sur mon corps et mon âme n'avaient pas pour but d'être constructives ; elles étaient destinées à affaiblir ma confiance et à me maîtriser. Les gens utilisent des courroies, des cravaches et des éperons pour maîtriser leurs chevaux, mais ils trouvent souvent que les mots suffisent pour soumettre les membres de leur propre espèce. Même s'il possédait une intelligence vive, un esprit agile et une belle éloquence, mon mari ne savait pas comment exprimer ses ressentis conflictuels et partager ses peurs les plus profondes dans l'intimité. Chaque fois qu'il se sentait menacé, il utilisait l'intimidation verbale et les relations sexuelles pour renforcer sa position. Sans aucun signe avant-coureur, une soirée romantique pouvait se transformer en cauchemar. Cet homme se moquait de moi, soulignant que malgré mon physique d'anorexique j'étais encore trop grosse, et les insultes s'amplifiaient jusqu'à ce que j'éclate en sanglots. Une heure après m'être isolée dans la chambre, il se glissait sous les couvertures, me tournait sur le ventre, désirant avant tout ne pas me faire face, et me chevauchait comme un cheval vaincu. Dans



les jours et les semaines qui suivaient, je me sentais intérieurement morte, mon cœur et mon esprit étaient en morceaux. Du point de vue de mon mari, j'avais alors une estime de moi qu'il pouvait gérer et notre mariage était à nouveau harmonieux.

Je raconte cela non pas pour condamner mon premier mari. Il avait de nombreuses qualités admirables et son comportement, parfois plein d'amour, d'autres fois avilissant, m'a troublée pendant des années. Toutefois, dans mon travail en tant que monitrice d'équitation et spécialiste en équithérapie, j'ai rencontré par la suite de nombreuses personnes dont le conjoint se comportait de manière similaire. Et le plus important, nous faisons les mêmes observations à chaque fois que nous travaillons avec des chevaux maltraités. Comme ces femmes n'étaient manifestement pas martyrisées, elles ne pouvaient comprendre pour quelles raisons elles ressentaient une sorte de trahison et d'insatisfaction dans leurs relations. En présence d'un cheval meurtri, elles pouvaient toutefois trouver une forte analogie entre un cheval attaché, sellé et monté avec violence et les expériences sexuelles qu'elles avaient connues ; elles savaient de manière instinctive que cela avait un rapport avec la domination et non pas avec des relations affectives.

De nombreux cavaliers pensent qu'il est impossible d'établir un véritable partenariat avec un cheval intelligent et vivace. Ils pensent qu'ils doivent briser l'esprit de l'animal afin de le contrôler. Agissant comme miroir des émotions, Nakia m'a amenée à penser que cela était lié à un phénomène culturel, tout comme les relations romantiques. Pour un grand nombre d'hommes bien intentionnés, cultivés et ayant validé une belle réussite sociale, le fait d'être en présence d'une femme sûre de sa force fait remonter une peur ancestrale sans nom à laquelle ils répondent de manière viscérale avec des manœuvres d'intimidation tout aussi ancestrales.

Le mouvement de libération des femmes, surtout depuis la fin du xx e siècle, a tout juste commencé à transformer les schémas inconscients de domination masculine, entretenus tout au long de l'histoire des civilisations. Pendant des millénaires, les vœux de mariage obligeaient les femmes à promettre l'obéissance, et jusqu'à la fin des années soixante, les hommes avaient appris à l'exiger. Le fait que mon mari et moi-même ayons retiré cette clause n'a eu aucun effet. À première vue, nous nous engageons à créer des relations égalitaires, et pourtant aucun de nous n'avait les outils pour donner forme à cette idée merveilleuse. Son conditionnement l'avait rendu incapable d'accepter ma créativité grandissante et ma réalisation autrement que comme un défi. Il avait appris à dominer. Notre vie commune était régie par des valeurs traditionnelles qui se sont insinuées dans nos relations, et elles ont finalement détruit notre mariage.

Ce qui me paraissait si insidieux dans cette dynamique culturelle, c'était le fait que j'étais « responsable » de Nakia. Je ne savais pas non plus de quelle manière je pouvais changer ce schéma. Sous la pression, je me suis retrouvée dans la même structure mentale de contrôle qui avait pourtant déjà détruit mon âme au niveau le plus profond, dans un mariage basé, en principe, sur la confiance et l'entraide.

À regret, j'en conclusai que Nakia et moi-même avions besoin de repartir sur de bonnes et nouvelles bases. À cette époque, je n'étais pas assez qualifiée en entraînement comme en techniques de thérapie nécessaires pour assimiler et dépasser le traumatisme que nous avions toutes deux vécu ensemble, et je ne savais pas à qui demander de l'aide. La plupart des moniteurs d'équitation demandent avec insistance à leurs élèves de laisser leurs problèmes à la porte de l'écurie et ils n'auraient pas assumé la dynamique émotionnelle que la jument et moi-même nous nous reflétions. Où pouvais-je trouver un conseiller capable de m'aider à soigner mon cheval ? Ce dont j'avais besoin, c'était de quelques séances avec un spécialiste de la psychothérapie assistée par les chevaux, mais ce domaine n'avait pas encore été inventé, et je ne pensais pas que cela puisse même exister un jour. Mais au minimum, je pouvais trouver une bonne place pour Nakia. Moins d'un mois plus tard, elle montait dans le van d'une patiente, une vieille femme qui promit de ne jamais attacher la jument, et elles s'en allèrent ensemble. Je promis à ma nouvelle pouliche que jamais je ne prendrai les conseils d'entraîneurs avec autant de légèreté et que je n'utiliserai pas la force ou l'intimidation pour vaincre sa volonté.

## LE SANG DE LA MÉDUSE

Après avoir observé plusieurs professionnels avec un regard critique, je décidais de mettre l'éducation de base de Rasa entre les mains d'un moniteur d'équitation qui n'avait encore jamais débourré un jeune cheval. Le comportement respectueux et intuitif de Vikky Lindsey lorsqu'elle travaille avec des chevaux et des cavaliers ayant déjà un peu d'expérience m'avait beaucoup plus impressionné que les techniques ostentatoires des cow-boys locaux ou les attitudes précises, un rien snob, des instructeurs que je rencontrais dans le monde des courses et des concours. De plus, Vikky avait un esprit de coopération et elle était motivée par la recherche de nouvelles manières d'éduquer les jeunes chevaux avec plus de conscience. Cinq fois par semaine, nous nous retrouvions toutes les trois. Vikky commençait par appliquer un nouveau concept pour Rasa, puis elle m'invitait à venir le tester. Après les premières leçons, j'étais sûre que j'avais choisi pour nous deux un professeur humain et sensible. Il ne fallut que quelques jours pour que Rasa apprenne à marcher au pas, à trotter et galoper selon les directives données à la voix, sans être montée. Elle passa une heure à galoper dans le corral avec la selle et le harnachement comme s'il n'y avait rien d'inhabituel à cela, et à la fin de la semaine nous la montions dans le manège. Au début, Rasa se déplaçait comme un marin ivre sous le poids de Vikky. Elle paraissait un peu perplexe, comme si elle voulait dire : « Vous autres, les deux jambes, vous avez des idées vraiment bizarres. » Mais elle ne semblait pas vexée – pas de ruade, pas même le moindre hennissement de nervosité. Rasa semblait trop raffinée pour agir comme un cheval de

rodéo. Pour elle, tout cela faisait partie d'une longue série de jeux que nous avons partagés pendant les deux mois passés ensemble. Nous avons simplement un nouveau coach pour aller un peu plus loin dans notre apprentissage.

Sur la base de mes expériences précédentes avec les chevaux, je savais que ce n'était pas courant. Rasa était intelligente et racée. Elle avait été en contact avec les habitudes des humains de manière douce et progressive. Ces facteurs expliquaient en grande partie la réussite que nous avions avec elle, mais il y avait aussi quelque chose de particulier que je n'arrivais pas à cerner. Même Vikky le remarquait. « Tu as une relation très inhabituelle avec cette pouliche » m'avoua-t-elle une après-midi ventée de février, « Elle est un peu comme ta sœur. » Toute autre, personne qui aurait été dans le monde du cheval depuis assez longtemps pour remarquer tous ces détails, aurait ressenti la profondeur de mon contact avec Rasa. J'étais plus contrainte que jamais à comprendre ce qui se cachait derrière mon obsession.

Dans de nombreux livres consacrés au symbolisme et à l'interprétation des rêves, le cheval est associé au pouvoir explosif des instincts et à la capacité d'aller et venir entre le monde des vivants et celui des morts. Cependant, lorsque je me suis plongée plus profondément dans les mythes de diverses cultures, j'ai compris qu'il existait en permanence un pont entre ces animaux et les aspects de la connaissance féminine qui était couramment réprimée et diabolisée dans les sociétés patriarcales. Par exemple, tout le monde connaît Pégase, mais très peu de gens savent qu'il est né du sang de Méduse, à la tête de serpent, immédiatement après que celle-ci a été tuée par Persée. Le bel étalon ailé des Grecs est sorti de la force vitale de la sagesse féminine dans son aspect le plus sombre, et pourtant les poètes ont dit avoir reçu leur inspiration des rencontres avec ce cheval volant, et souvent un héros chevauche sur son dos robuste vers les étoiles de l'immortalité.

Une psycho-pompe féminine, sous l'allure d'une jument, enleva le prophète Mahomet jusqu'au ciel au cours d'un fameux voyage nocturne. Alborak, le cheval blanc ailé qui possédait une tête de femme et une queue de paon, est le véhicule par lequel le père de l'une des religions patriarcales les plus rigoureuses du monde reçut les visions sacrées qui cristallisèrent son autorité spirituelle. Le mot cauchemar se dit *nightmare* en anglais, mais nous pouvons décomposer ce mot en deux autres mots, *night* qui signifie nuit, et *mare* qui signifie jument. Alors, nous pouvons faire un jeu de mots et nous interroger pour savoir comment la jument de nuit est devenue un cauchemar. Sous l'aspect d'un cheval noir, la jument de nuit était censée punir les pêcheurs. Elle était aussi l'aspect destructeur de la déesse mère grecque Déméter. Les qualités nourricières de cette déité à tête de jument étaient souvent symbolisées par un cheval blanc, mais lorsque Déméter était mécontente de l'arrogance des dieux et des mortels, elle se transformait en créature vengeresse nommée Mélanippée, ce qui signifie jument noire. Dans la mythologie et le folklore des anciens, les chevaux noirs étaient presque toujours craints et rejetés. Ces superstitions affectent cette race de manière encore plus tangible. J'ai dû payer deux mille dollars supplémentaires pour Rasa parce que sa couleur était particulièrement inhabituelle pour un cheval arabe. Selon certaines sources, les Bédouins, créateurs et protecteurs depuis fort longtemps de la race, tuaient les poulains noirs à la naissance parce qu'ils étaient considérés comme porteurs de malchance.

Le fait que ces tribus musulmanes dominées par les hommes affichent une peur féroce des chevaux noirs n'aurait pas surpris Carl Jung. Ce psychiatre suisse ne fait jamais mention des Bédouins dans ses nombreux écrits, mais son expérience l'amène à considérer l'image des juments noires comme la manifestation de la sagesse féminine qui s'élève de l'inconscient collectif. Jung était particulièrement fasciné par le rêve d'un cheval aux dimensions mythiques qui perturbait l'un de ses clients, un scénario qui impliquait aussi un magicien et un roi proche de la mort. Il semblait que le monarque malade cherchait l'endroit idéal pour être enterré parmi les nombreuses tombes éparpillées dans la région. Il choisit finalement un tombeau appartenant à une princesse vierge appartenant à un clan ancestral, mais lorsque la tombe fut ouverte et que les restes de la jeune femme furent exposés à la lumière du jour, ses os se transformèrent en un cheval noir qui s'enfuit en galopant jusque dans le désert. Le magicien se mit à courir après la créature enchantée. Après une quête de plusieurs jours et après de nombreux essais infructueux, il traversa le désert et arriva dans les herbages qui se trouvaient de l'autre côté. Là, il découvrit le plus rare des trésors car la jument l'avait conduit vers les clés perdues du paradis.

Ce n'est pas seulement dans un seul mais dans trois de ses livres que Jung examine ce rêve en détail, utilisant l'apparition soudaine du cheval noir pour illustrer les caractéristiques de l'anima, l'aspect féminin de la psyché masculine qui est réprimé chez la plupart des hommes et, par conséquent, dans notre culture en général. Anima signifie âme, mais dans le modèle théorique de Jung, cette créature numineuse possède une identité propre, indépendante des contrôles de l'intellect et des étiquettes sociales. L'anima d'un homme peut rester endormie pendant des années et s'éveiller soudainement en lui provoquant toutes sortes de troubles. Pour ceux qui ont de bonnes relations avec elle, elle devient la muse, source d'inspiration et d'innovation pour un artiste, un musicien ou un inventeur, comme Pégase qui surgit du sang de la Méduse, ou Déméter avec sa tête de jument qui génère la fertilité du printemps. Pour ceux qui ignorent ses talents, ou qui semblent être un modèle de bon sens et de raison, ils craignent sa passion pour la vie ou essaient de la maîtriser avec les forces de la logique, et ainsi elle devient un élément impétueux et compulsif, provoquant des cauchemars, des sautes d'humeur et des désirs étranges. Dans ces circonstances, l'anima s'assimile davantage à Mélanippée.

Selon les explications de Jung, le rêve du vieux roi malade qui libère par inadvertance un cheval noir possède une portée bien plus vaste que les besoins personnels de son client. C'est un nouveau mythe, complet en lui-même, qui a émergé du domaine des archétypes ; c'est une vision qui prédit la mort de la forme patriarcale du pouvoir et

montre la résurrection du principe féminin, trop longtemps enfoui, capable de guider les futures générations vers une existence plus équilibrée. Le fait que l'image rédemptrice prenne la forme d'un cheval noir touchait la corde sensible dans mon propre cœur et je commençais à me demander quelles épreuves pouvaient être impliquées dans le fait d'accompagner cette jument à la robe couleur nuit à travers le désert.

## LES MYTHES D'UN FUTUR RÉCENT

Pendant ce temps, l'éducation de Rasa se poursuivait sans problème. Deux semaines après avoir débuté, je me sentais suffisamment en confiance avec le processus pour amener une personne avec moi. Mon ami et mentor J. Otis Powell devait venir chez nous. Ce poète, philosophe et expert en art qui habitait Saint Paul à Minneapolis s'était arrangé pour obtenir un octroi pour un séjour court à Tucson afin de collaborer avec mon second mari, Steve Roach, artiste renommé compositeur de musiques électroniques. Le style hautement individualiste de Steve a toujours été lié aux espaces austères et illimités du Sud-Ouest. J. Otis voulait s'imprégner du soleil et des paysages désertiques, transcrire ses impressions en vers libres et enregistrer ses poèmes dans le studio de mon mari en les accompagnant d'une ambiance sonore composée à cet effet.

Cet Afro-Américain solide, J. Otis, qui portait la coiffure des rastas et quatre ou cinq anneaux aux oreilles, était comme un étranger dans un pays bizarre lorsqu'il débarqua à l'aéroport. J'étais littéralement pétrifiée par le spectacle que nous offrions. Les gens nous dévisageaient et ils fronçaient les sourcils comme si notre simple présence était une menace pour leur bien-être collectif. J'avais toujours pensé que Tucson était une ville plaisante. Les Anglais, les Mexicains et les Amérindiens avaient appris à cheminer ensemble ; les mariages mixtes étaient fréquents. Toutefois, la vue d'un Noir américain rasta et costaud accompagné d'une femme blanche un peu maniérée s'étreignant dans le terminal de l'aéroport semblait libérer le spectre bouillonnant de la colère et de la confusion. Les gens ont peur de la couleur noire sous de multiples aspects, pensais-je en saisissant le porte-documents de J. Otis, tout en le conduisant jusqu'à la voiture puis en nous éloignant dans l'obscurité douce et accueillante de la nuit.

Le lendemain, je ne pouvais que sourire du spectacle de J. Otis assis sous un arbre à siroter un soda alors que Rasa galopait et ruait dans la carrière en faisant voler un nuage de poussière qui se redéposait en un film très fin sur les tresses bigarrées de notre hôte distingué ; cela créait un halo brumeux de couleur terre qui semblait planer autour de sa tête chaque fois qu'un rayon de soleil perçait. Le cheval noir était particulièrement fringant et Vikky prit un peu plus de temps pour détailler l'attitude nécessaire pour chevaucher un jeune cheval alors que je chaussais un étrier et m'apprêtais à me mettre en selle.

Il n'y avait que J. Otis qui riait en retournant dans la maison. Rasa m'avait donné quelques frayeurs mais je réussis à rester en selle. Au-delà de ce petit épisode mouvementé, mon ami citadin était surpris de voir combien cette expérience avait été fascinante du point de vue philosophique et poétique. Vikky était une femme expansive, et malgré une voix douce et un bon sens pratique, elle ne s'étendait pas sur des réflexions d'ordre métaphysique. Pourtant, pour J. Otis, ses petites recommandations et encouragements avaient la substance et l'impact métaphoriques d'une discussion de haute volée sur la nature de la relation du temps et des états transcendants de la conscience humaine. Toutes les deux, nous avons souri au fait que ni le professeur ni l'élève n'avaient remarqué que cet échange verbal avait paru aussi profond à notre observateur qui se tenait hors de la carrière.

« Ce n'est pas seulement ce qu'elle a dit, insistait J. Otis, mais la manière dont elle l'a exprimé. À un moment, je suis parti car je n'avais aucun moyen de prendre des notes. Qui aurait pu penser à amener un bloc-notes et un stylo pour regarder deux personnes monter à cheval ? »

Vikky avait expliqué que pour éviter d'être désarçonné par une monture inexpérimentée, le cavalier devait rester suffisamment détendu et confiant pour que le cheval se sente en sécurité, et ceci tout en gardant un état de conscience élevé, associé chez la plupart des gens à la poussée d'adrénaline qui se produit en situation de crise. Dans un tel état mental, les sens sont plus éveillés et le temps semble ralentir afin que le cerveau soit capable de considérer la richesse des informations et prendre une décision complexe en l'espace d'une seconde. L'astuce consistait à ne pas attendre que le cheval commence à ruer pour faire cela instinctivement mais à apprendre à accéder à cette capacité à volonté – sans la moindre nervosité qui pourrait affecter le cheval à coup sûr. Les animaux qui sont des proies sont extrêmement sensibles aux appréhensions et aux peurs des autres membres de la harde. Si je me crispais ou me sentais mal à l'aise, disait Vikky, Rasa exploserait littéralement au moindre son ou mouvement extérieur.

— Mais comment puis-je avoir les sens plus aiguisés sans nervosité ? demandai-je, me sentant complètement dépassée par cette perspective. J. Otis fut tellement ravi de ce qu'il entendit qu'il mémorisa avec exactitude la réponse de Vikky :

— Respire profondément. Garde ton corps pleinement dans le présent et ton mental dans le futur récent. Ne laisse pas entrer le passé.

À ce moment-là, j'essayais d'intégrer la signification des paroles de Vikky sans prêter attention à leur ressemblance avec les formulations obscures prononcées par les moines et les mystiques. À nouveau, je me sentais au bord d'un état modifié de conscience. Rasa avait remarqué ma confusion et mon insécurité. Elle tirait sur ses brides et dansait

comme un cheval de cirque. Je savais que j'étais sur le point de perdre le contrôle.

Suivant les conseils de Vikky comme si ma vie en dépendait, j'écartais les images de mes amis désarçonnés par des chevaux qui s'emportent et se cabrent ; je réprimais les mémoires du son que font des os qui se brisent ; j'obligeais mon cœur qui battait à toute allure de permettre à ma respiration de circuler librement dans mes poumons, sur l'inspiration et sur l'expiration, de plus en plus doucement, de plus en plus profondément. Rasa commença à faire de même. Comme mon corps abandonnait la rigidité provoquée par ma peur, je sentais toutes les vibrations de ses muscles traverser mes jambes et monter le long de ma colonne vertébrale comme un courant électrique. Lorsqu'un camion accéléra sur la route qui longe le manège, je sus dans quelle direction elle allait s'emballer avant même que ses sabots ne quittent le sol, et je bougeai avec son saut de côté soudain aussi facilement que si nous étions une seule entité centauresque.

J. Otis aimait tout particulièrement l'expression « futur récent » choisie par Vikky, une tournure de langage que je n'aurais même pas remarquée s'il n'avait pas attiré mon attention là-dessus ensuite. Normalement, on parle du « proche futur » et du « passé récent ». En tant que poète, J. Otis pensait que ce lapsus présentait un éclairage fascinant sur la relativité du temps. Cela implique un état mental dans lequel le passé et le futur peuvent facilement se permuter et cela suggère la possibilité de voir ce qui va bientôt arriver avec autant de précision que ce qui vient de se produire.

Pour lui, ce qui semblait une erreur de syntaxe offrait en fait une représentation plus juste de l'état du mental que Vikky essayait de définir. Je ne pouvais que confirmer cela. Alors que Rasa évoluait d'une manière que j'aurais considéré habituellement comme imprévisible, je savais ce qu'elle allait faire comme si j'avais déjà mémorisé ce qui n'avait pas encore eu lieu. Le cheval noir m'avait conduite à l'une des clés perdues du paradis ; la porte d'une perspective hors du temps linéaire avait été ouverte. Je ne mesurais pas encore à quel point cette ouverture était importante.

Au cours des semaines qui ont suivi, j'ai fait trois rêves qui ont présagé des événements futurs que je n'aurais jamais imaginés possibles. Le premier semblait stupide au réveil, mais il me laissa un profond sentiment de prémonition. Il s'agissait d'un appel téléphonique de ma mère qui me disait avoir trouvé le papier peint idéal pour le box de Rasa : un papier couleur rouge sang. Durant le rêve, un tressaillement de peur traversa mon corps même si la suggestion semblait appropriée. Rasa avait une robe noire et n'était donc pas vraiment photogénique, aussi je me disais que l'entourer d'une nuance très vive permettrait de dégager ses formes et mettre en valeur ses plus beaux traits.

Le second rêve était encore plus étrange. Rasa et moi-même profitons d'une belle journée lorsqu'un nuage d'orage menaçant apparut dans un ciel limpide. Nous avons alors couru nous abriter sous un auvent tout proche où un chien noir avait déjà trouvé refuge. L'orage éclata et tonna en se dirigeant vers l'ouest, puis laissa place à un silence profond. Rasa, le chien et moi-même nous sommes tournés dans la direction de l'orage, comme si nous attendions sa volonté ; à ce moment, des nuages noirs commencèrent à former un mandala, ils passèrent au-dessus de nous pour finalement prendre la forme d'un crâne humain qui se plaça au-dessus de la tête de mon cheval. Je pris cela comme une menace de mort pour Rasa et au lieu de me sentir intimidée par ce présage, je refusai d'accepter cette prémonition comme une prophétie irrévocable. Je criais « non » à ce crâne, puis je saisis le cheval apeuré entre mes bras et le portai sous terre en un instant.

Le dernier rêve concernait une opération à la clinique vétérinaire de la ville. Un cerf en bonne santé était opéré afin de prélever certains organes pour les transplanter dans le corps d'un cerf malade qui ressemblait beaucoup à Rasa. Malheureusement, les deux cerfs décédèrent au cours de l'opération.

Par la suite, pendant des semaines j'ai essayé d'interpréter ces visions en tentant de me débarrasser du sentiment que quelque chose n'allait pas. Puis, un peu plus d'un mois après, je chevauchais avec Rasa dans le lit d'une rivière asséchée lorsque je remarquais l'ombre d'un grand oiseau qui se déplaçait sur le sable en dessinant des cercles autour de nous comme s'il essayait d'attirer notre attention. Je levais ma tête vers le ciel en espérant voir un aigle. Mais un frisson parcourut mon dos lorsque je vis qu'il s'agissait d'un vautour. Soudain, un gros chien noir, qui ressemblait à celui de mon rêve, accourut vers nous du haut de la berge en grondant et en aboyant. Cela effraya le cheval qui se mit à galoper à toute allure sur le sable le plus fin de la rivière. Il me fallut près d'un kilomètre pour le calmer et le remettre au pas.

Le lendemain, Rasa boitait beaucoup de son postérieur droit. Dans un premier temps, le vétérinaire pensa qu'elle s'était brisé un tendon à force d'avoir galopé dans du sable fin, mais lorsqu'il prit une radiographie de son grasset – l'équivalent du genou chez l'être humain – le problème se clarifia. Rasa avait développé un kyste dans une zone où ses jeunes os ne s'étaient pas bien formés. Cette course stressante avait exacerbé la grosseur dans l'articulation et avait peut-être causé d'autres dommages.

Le vétérinaire me recommanda de l'amener chez un chirurgien de Phoenix qui avait déjà réussi à soigner ce problème en prenant du cartilage dans le grasset sain pour le transplanter dans la zone sensible. Nous courions le risque qu'elle boite des deux postérieurs, et les différents vétérinaires contactés furent d'accord pour dire que c'était la meilleure option si je voulais la monter à nouveau.

Il est difficile de décrire la spirale émotionnelle dans laquelle j'étais et où la confusion, l'anxiété et la colère se mêlaient. Par sa beauté, son intelligence et ses potentialités, Rasa était un animal exceptionnel ; la compréhension tacite et l'affection que nous partagions étaient encore plus remarquables.

Et pourtant, que faire d'une pouliche de trois ans que je ne pourrai jamais monter ? Même si je vendais Rasa comme poulinière, je ne récupérerais pas mon investissement. Si je la gardais, je devrais payer cher chaque mois pour un animal de compagnie de quelques quintaux. Je décidai de prendre le risque de la chirurgie. Après tout, j'avais pris une assurance pour cela. Le coût de l'opération me serait remboursé et si Rasa mourait, je recevrais de l'argent et pourrais acheter une nouvelle pouliche.

Pourtant, chaque fois que je rendais visite à mon cheval, j'avais l'impression d'être l'ange de la mort. Deux soirs avant l'opération, Rasa ne m'approchait plus, bien que son état se fût amélioré depuis l'incident avec le chien noir. Je devais pratiquement forcer pour lui mettre le licol et l'amener au manège faire un peu d'exercice. Alors que nous nous tenions là dans le manège, moi à une extrémité et elle en face, boudant sur son train arrière, le vol d'une vingtaine de vautours se posa dans le bosquet d'eucalyptus proche de la palissade. Jamais auparavant et jamais depuis, je n'ai vu plus de neuf ou dix vautours voler ensemble dans le désert. Il y avait maintenant plus d'une vingtaine de gros oiseaux noirs. Ils avaient le crâne chauve et rouge et caquetaient au sommet des arbres ; parfois, ils tombaient et poussaient des cris aigus alors qu'ils se posaient sur une branche plus basse, leurs pattes étant trop grosses et trop lourdes pour se tenir en équilibre sur les branches les plus hautes. J'étais contrariée par les râlements moqueurs des urubus.

En apparence, mes actions étaient justifiées. J'avais demandé un avis complémentaire à deux personnes, et pourtant la pression grandissait en moi et le seul moment où cela semblait diminuer, c'est lorsque j'ai brièvement pensé annuler le rendez-vous. Steve est la seule personne à qui j'ai confié mes rêves et cependant nous n'étions pas prêts, ni lui ni moi, à rejeter la légitimité du traitement médical juste à cause d'une série de visions métaphoriques. En tant qu'artiste conscient des hauts et des bas qu'une carrière musicale peut connaître, il était préoccupé à l'idée de passer les vingt ou trente prochaines années à prendre soin d'un cheval boiteux. Rasa et moi-même semblions avancer inexorablement vers cette date fatidique, et les vautours se rassemblaient.

Le lendemain soir, j'invitai ma voisine, Judy Delano, une artiste qui peignait des chevaux. Un mois auparavant, mon mari lui avait demandé de faire un portrait de Rasa pour me l'offrir à mon anniversaire. J'avais dit à Judy qu'il était préférable qu'elle rencontre Rasa avant son opération, au cas où elle perde du poids ou bien décède. Judy me questionna sur la nature de l'intervention pendant qu'elle prenait des photos de Rasa. Lorsque je lui ai donné le nom du chirurgien qui allait l'opérer, son visage s'assombrit : « Je crois qu'il s'agit de la personne que mon amie poursuit en justice pour faute professionnelle » dit-elle.

« Je ne peux imaginer qu'il s'agisse du même homme » répliquai-je. « Il m'a été recommandé par trois vétérinaires comme étant le meilleur dans ce domaine. »

Judy me téléphona plus tard dans la soirée en me demandant d'annuler le rendez-vous, et elle me donna le numéro de téléphone de l'amie qui affirmait que son cheval était mort de manière inexplicable entre les mains de ce chirurgien. Lorsque j'ai appelé cette femme, elle me décrit l'homme en question comme une personne brillante mais arrogante, qui tentait des opérations sans informer vraiment les propriétaires des risques. Parfois cela marchait et donnait du crédit à sa réputation d'innovateur, et cela expliquait pourquoi on disait qu'il faisait des miracles. Cette femme n'avait pas eu autant de chance. Non seulement ce chirurgien avait défiguré son hongre lors d'un protocole expérimental, mais une fois que l'erreur avait été établie, il avait essayé d'expliquer que le cheval avait eu une colique, cherchant par tous les moyens de trouver une maladie courante et fatale afin de se disculper. Le patient survécut uniquement parce que la propriétaire avait été avertie inopinément par la personne responsable de la salle de réveil de cette clinique pour chevaux, celle-ci ayant alors remarqué les mauvaises conditions dans lesquelles se trouvait le cheval. Elle avait demandé au chirurgien de garde d'intervenir en urgence. Malheureusement, la plaie s'infecta et la femme, déconcertée et affligée, avait eu le choix entre abattre le cheval ou l'amputer d'une jambe et ensuite lui faire poser une prothèse. Sentant que le hongre avait déjà beaucoup souffert, elle choisit à contrecœur l'option qui lui semblait la plus humaine. Le seul avantage qu'elle voyait dans sa mort, disait-elle, c'est que les preuves qu'elle avait collectées pour le procès pourraient peut-être aider à sauver la vie d'autres victimes.

Je recevais ainsi une autre pièce du puzzle. Et finalement, j'entrevois ce qui serait arrivé : Rasa et moi-même serions allées à Phoenix le lendemain matin. Elle aurait été opérée avec succès, du moins en apparence, et je serais revenue à Tucson en la laissant sur place pour qu'elle se repose. Pendant ce temps, le chirurgien aurait compris que ses deux jambes étaient atteintes de manière irréversible et il aurait fait en sorte de détruire les preuves. J'aurais reçu un appel téléphonique la veille de son retour. « Cela se produit parfois m'aurait-il expliqué, il est impossible de savoir quels chevaux vont avoir ce problème. Que voulez-vous faire du corps ? » L'assurance aurait versé de l'argent car la mort était due à des complications postopératoires, et je serais restée seule avec cet argent taché de sang. Même si une partie de moi était influencée par l'idée que ces animaux étaient des possessions fonctionnelles, des machines biologiques qui perdent leur valeur lorsqu'elles sont endommagées, une force indescriptible montait en moi pour m'assurer que je comprenne bien le message : Rasa devait être épargnée. La première chose que je fis dès le lendemain matin fut de téléphoner cinq heures avant le rendez-vous pour annuler l'opération. Et pour m'aider à reconnaître l'origine surnaturelle de cet étrange sauvetage, Judy fut à l'origine d'une anecdote qui nous laissa



complètement bouleversées toutes les deux. En effet, la semaine suivante, alors que je me rendais chez Judy pour voir les esquisses du portrait de Rasa, ma voisine semblait mal à l'aise, comme si elle se retenait de me dire quelque chose. Finalement, elle se jeta à l'eau au moment où je m'apprêtais à repartir.

« Tu vas penser que je suis folle, m'avoua-t-elle, mais quelques jours avant que tu me téléphones pour que je vienne voir Rasa, j'ai commencé à faire un rêve récurrent. Il y avait un animal allongé sur une table. Je ne voyais pas de quel animal il s'agissait, mais lorsque le scalpel s'approchait pour entailler le pelage noir, je criais pour arrêter cela. Alors une voix d'homme autoritaire insistait pour que la procédure suive son cours et que tout soit en ordre, mais je refusais de le croire. Je criais non à pleins poumons et je me réveillais en sueur. J'ai su que ton cheval allait se faire opérer seulement après avoir fait ce rêve plusieurs nuits de suite. Au début, j'ai pensé qu'il était ridicule de voir un rapport entre ces deux événements et pourtant, depuis que tu m'as dit que l'opération était annulée, le rêve a cessé. »

J'ai parlé à Judy de ce qui s'était passé avec mes rêves. Je ne sais pas combien de temps nous sommes restées dans l'entrée à nous regarder béatement avant qu'elle trouve la force de saisir la poignée de la porte et que je sorte. Cela était si irréel qu'il a fallu que je me pince pour être sûre d'être réveillée.

### LA BÉNÉDICTION DE MÉLANIPPÉE

Est-ce que le cheval noir avait le mauvais œil ? Si j'avais été élevée comme un Bédouin, les membres de ma tribu m'auraient sûrement châtiée pour avoir courtisé le malheur et leurs peurs auraient été confirmées. La présence de Rasa avait invité des vautours et des cauchemars prémonitoires dans ma vie. La tornade funeste qui était née de mon imagination nocturne fit apparaître un chien noir qui nous poursuivait dans le désert, avec ces oiseaux de mort qui volaient silencieusement en cercle au-dessus de nous. Par inadvertance, j'ai peut-être formé une alliance avec Mélanippée en personne lorsque j'ai accueilli Rasa chez moi. Par un geste emphatique, Déméter la vengeresse avait détruit tous mes plans et mes aspirations concernant la carrière de cette pouliche dans le monde du dressage et de l'endurance. Puis, pour une raison insondable, les forces qui orientent notre destinée se sont manifestées pour sauver le cheval noir en envoyant une nuée de vautours pour avertir de sa mort possible, allant jusqu'à torturer ma voisine avec cinq nuits peuplées de rêves récurrents. Il était difficile de ne voir dans cette histoire qu'une série de coïncidences. Je ne pouvais pas m'empêcher de ressentir qu'il existait une sorte d'intelligence vive derrière tout cela, mais je ne savais pas si j'étais la protagoniste d'une comédie divine ou la victime d'une blague cosmique. Quoi qu'il en soit, j'attendais avec impatience la conclusion de cette histoire.

J'ai feuilleté mon journal à la recherche d'indices et je me suis arrêtée à la description de mon premier et fort étrange cauchemar concernant Rasa – l'image de ma mère qui me proposait de décorer la stalle de la pouliche avec du papier peint couleur rouge sang. La suggestion m'effrayait mais elle présageait une bénédiction cachée : entourer Rasa de la couleur du sacrifice était la promesse de mettre en avant le véritable caractère du cheval noir, et à la fin du rêve, j'étais d'accord avec cette idée. Les événements pénibles et déconcertants qui suivirent commençaient déjà à opérer leur magie. Pour comprendre la valeur que pouvait avoir une pouliche handicapée, je devais non seulement abandonner mes ambitions équestres, mais aussi mon attitude fondamentale par rapport aux chevaux et à leur relation avec les humains. Pour cela, je devais suivre mon cœur et non plus ma tête. La culture qui avait modelé mon identité consciente considère les animaux comme des possessions utiles, dépourvues de pensées et de sentiments vrais. Il était illogique de dépenser du temps ou de l'argent pour une bête qui ne pouvait plus assumer ses fonctions premières, mais je savais que je devais laisser Rasa vivre ce qu'elle voulait si je désirais découvrir le sens caché de notre alliance.

Les sentiments de gratitude et d'affection que je ressentais pour Rasa allaient en grandissant alors que j'acceptais notre destinée. D'une certaine manière, elle avait éveillé en moi un esprit plus intuitif, plus créatif et plus compatissant, un esprit qui avait été réprimé par le culte froid de la raison pendant une grande partie de ma vie adulte. En fait, le temps était venu pour le vieux roi de mourir. Avec son décès imminent en vue, une perspective nouvelle émergeait et traversait le désert en boitant sous l'apparence d'une jument noire comme la nuit et qui s'appelait Tabula Rasa. Je sentais que le jour viendrait où la couleur du sacrifice qui nous enveloppait s'épanouirait vers une teinte rouge vif qui nous donnerait de la force, et à cet instant, je compris pour quelles raisons les tribus patriarcales des Bédouins avaient une telle peur des chevaux noirs. Lorsque l'expression féminine de la sagesse est bannie vers les régions les plus profondes de l'inconscient collectif, elle tente de se manifester de manière perturbatrice et vengeresse, mais parfois les vautours, les juments noires, les tornades et les chiens sauvages sont exactement ce dont une femme a besoin pour se structurer et mettre en valeur ses atouts.

1 Célèbre chanteur-compositeur américain de musique country.

## CHAPITRE II

### L'ART OUBLIÉ DE NE RIEN FAIRE

Après avoir annulé l'opération, je me sentais désorientée et vide émotionnellement. Une série d'événements curieux et tout à fait irrationnels m'avait amenée à protéger Rasa, et je me demandais ce que je devais faire ensuite. J'ai essayé de garder espoir en étudiant toutes les possibilités avec chacun des vétérinaires de la région. Certains suggéraient de mettre la jument au pâturage pendant une année et de laisser la nature suivre son cours. D'autres pensaient que j'étais inconsciente d'avoir annulé l'opération. Plusieurs d'entre eux m'affirmaient qu'en refusant de choisir le traitement le plus prometteur, j'avais été dupée par une femme dépourvue de raison et hystérique, et dont le cheval avait reçu les soins les meilleurs. Incapable d'accepter une tragédie qui dépassait le domaine des compétences humaines, elle cherchait à se venger, c'est du moins ce qu'ils disaient, et rien ne l'arrêterait pour ruiner un homme considéré par ses pairs comme l'un des meilleurs chirurgiens d'Arizona. Je ne me sentais pas disposée à leur évoquer la série de rêves qui avait validé ses accusations dans mon esprit, ni leur expliquer que l'artiste en peinture équestre de la région pouvait se porter garant de nous deux.

En même temps, j'avais besoin de faire quelque chose pour atténuer mon ressentiment. J'ai pensé faire un emprunt pour acheter un autre jeune cheval, le débourrer et le revendre en faisant un petit profit. Ma quête me mena finalement dans un élevage situé à l'orée d'un hameau perdu dans le désert proche de Tucson. Grâce à mon enthousiasme, j'ai dû faire bonne impression à l'éleveur-entraîneur de l'exploitation parce qu'elle conclut la conversation en me proposant un poste à temps partiel pour l'aider à débourrer ses jeunes chevaux. Je devais m'occuper d'une douzaine de poulains et de pouliches et elle m'aiderait à affiner mes compétences pour le travail en manège. Une semaine plus tard, j'installais Rasa et Noche dans leur nouveau lieu et je commençais ma formation avec ferveur.

Je suis obligée de changer certains noms et détails de cet épisode parce que j'ai remarqué quelques abus de fonctionnement. Bien que mes expériences aient été relativement bénignes comparées aux mauvais traitements que des moniteurs, des cavaliers et des palefreniers m'ont rapportés depuis lors, les incidents dont j'ai été témoin représentent une dynamique de dysfonctionnement classique en voie de propagation dans le monde de l'équitation. Le propriétaire de cet élevage utilisait une méthode connue pour perturber ses employés afin de leur faire perdre confiance, une manipulation mentale faite de promesses et de tromperies, une sorte de miroir aux alouettes, que j'ai retrouvée au cours d'ateliers donnés par plusieurs « cliniciens du cheval » de grand renom.

La monitrice, que j'appelle ici Susan, était sous la pression constante du propriétaire, M. Wolverton, un avocat prospère qui dénigrait les progrès qu'elle faisait afin de conforter sa propre domination. Il s'imaginait être un excellent cavalier, ainsi qu'un gentleman sensible et cultivé, cependant ses opinions sur la manière de prendre soin et de dresser les chevaux se modifiaient sans cesse pour justifier son comportement erratique. S'il avait eu une mauvaise journée, il venait dans l'écurie et il raillait Susan pour quelque chose dont il l'avait félicitée une semaine auparavant. Ensuite, il sellait un poulain que nous étions en train d'habituer au harnachement et le montait avec beaucoup d'audace, ce qui rendait le cheval encore plus difficile à diriger pendant une semaine ou deux par la suite. Il est même revenu d'une de ses balades tumultueuses avec une pouliche boiteuse. Nous avons dû appeler un vétérinaire, et utiliser seulement la longe pendant un mois avant de pouvoir monter la jument. Nous avons dû reprendre pratiquement tout le travail à zéro en endurant les plaintes du propriétaire qui trouvait que la ferme demandait trop de temps et d'argent pour des chevaux qu'il ne pourrait vendre guère plus que quelques milliers de dollars. Susan n'osait même pas insinuer que Wolverton était lui-même une partie du problème, et que le processus d'apprentissage de ces animaux se déroulerait beaucoup plus facilement et efficacement s'il évitait de monter les poulains tant qu'ils n'étaient pas habitués à être sellés.

Susan insistait sur l'importance du conditionnement assidu, et cependant mesuré, du corps et du mental du cheval. Les chevaux de deux à trois ans poursuivaient encore leur croissance : il leur fallait apprendre la manière la plus efficace de porter le poids du cavalier afin que leurs jeunes os et leurs articulations ne subissent pas trop de contraintes. Il leur fallait fabriquer une masse musculaire capable de soutenir ces mêmes os et articulations au cours d'exercices de plus en plus longs au fil des semaines.

Un jour où Wolverton bricolait dans l'écurie avec bonne humeur, Susan évoqua de manière désinvolte les gens du voisinage qui font des promenades sur de jeunes chevaux dans des chemins rocailleux pendant des kilomètres, mettant en danger leur « investissement ». Il reconnut cela de tout cœur et disserta sans retenue des conséquences funestes des plaies et des blessures dans le monde du cheval, ignorant complètement le fait qu'il était lui-même coupable de telles infractions. Pendant les quelques semaines qui suivirent, je l'entendis réciter ce même morceau de sagesse à de nombreux propriétaires et aux futurs acheteurs. Pourtant, un ou deux mois plus tard, il retomba dans cet état sombre qui lui était familier et partit pour une de ses chevauchées endiablées, mais cette fois avec un client. Wolverton refusa toute responsabilité lorsque le client revint à l'écurie avec un cheval boiteux et en sang. C'est un accident malheureux, ne cessait-il d'expliquer. Susan fronça les sourcils et je la regardais en complice à travers la sellerie. C'était un accident, soit, mais un accident prévisible, comme bien trop d'événements que j'avais observés dans cette ferme.

Une des premières choses que Wolverton me montra, ce fut la manière « sécuritaire » de frapper Flash, son étalon

le plus fougueux, avec la longe lorsque l'animal se rebellait. Bien entendu, cela ne pouvait qu'intensifier la situation, car cela plaçait le cheval dans le mode de fuite ou de combat, plutôt que de le calmer et de lui apprendre à se contrôler. Cet étalon alezan, de nature exquise, pas vicieux pour un sou, possède un caractère ouvert et curieux. Tous ceux d'entre nous qui nous occupions quotidiennement de lui étions sans cesse amusés par ses pitreries et pourtant, lorsque Wolverton était dans son environnement, ce même cheval se transformait en une véritable boule de nerfs. Cependant, j'ai appris qu'il est préférable pour les animaux que je ne remette pas en cause l'autorité de Wolverton, ni même ne suggère poliment une opinion différente. Sur son domaine, je n'étais qu'une apprentie au salaire minimum.

Wolverton pouvait réagir au moindre défi par une violence décuplée, montrant bien par là que ses chevaux lui appartenaient et qu'il faisait avec eux tout ce qu'il voulait, même s'il continuait à me parler d'une voix douce, contrôlée et un ton condescendant sur la « logique » de ses méthodes d'entraînement.

La capacité de Wolverton à justifier ou ignorer complètement ses propres motivations capricieuses et démoniaques ne cessa de m'étonner. Il croyait vraiment qu'il était le maître bienveillant de tout ce qui était sous son regard, et pourtant ses émotions pouvaient faire surface sur le visage de ce personnage soi-disant raisonnable aussi sûrement qu'on pouvait compter sur Flash pour ruer, s'agiter et essayer de s'enfuir lorsque Wolverton était dans sa stalle.

L'image de l'homme à cheval est souvent utilisée pour symboliser la supériorité intellectuelle et morale de l'esprit sur les passions animales du corps. Sigmund Freud voyait la relation entre l'homme et le cheval comme la lutte entre le ça – l'instinct et les émotions pures – et l'ego qu'il associait à l'esprit rationnel. Chaque fois que Wolverton prenait Flash pour aller en promenade, cet homme semblait s'engager dans le même combat mythique dans le but de reconquérir ses propres sentiments irrationnels, irrésolus et complètement inconscients. Et tout ce que je peux dire, c'est que le cheval, avec tout ce qu'il représente, en sortait vainqueur.

Pour moi, le défi auquel Wolverton faisait face de manière répétitive lors de ses interactions avec Flash offrait une illustration puissante de la violence et de l'illusion dans lesquels se trouve le mental logique lorsqu'il essaie de se séparer des émotions et des instincts maîtrisés de force. Mes expériences avec les chevaux m'ont enseigné cette leçon à maintes reprises. J'ai vu des techniques d'entraînement, parfaitement logiques en théorie, être responsables de toutes sortes de problèmes dans le manège, alors que des impulsions qui ne semblaient avoir aucun sens agissaient souvent facilement. Alors que mon mental construisait des relations de réciprocité avec mon ressenti, mon instinct et mes intuitions, mes réussites avec les chevaux se sont accrues de manière exponentielle.

D'autre part, Wolverton avait très peur de ses émotions. En gardant un contrôle absolu de ses émotions, il croyait en la supériorité de la raison malgré les échecs répétés à contrôler ses élans les plus primaires et ses motivations inconscientes. En fait, sa foi dans le culte de la logique le rendait aveugle face à la réalité de sa situation : les éléments irrationnels de son univers ne pouvaient pas être dominés, ignorés ou justifiés jusqu'à l'oubli pendant bien longtemps. En refusant de faire équipe avec son ça et son cheval, son ego était en guerre constante avec la vie.

Contrairement à Flash, l'équipe de Wolverton était soumise à ses fantaisies. Leur esprit avait déjà été bien éduqué par les tactiques du miroir aux alouettes de l'idéalisme logique, une tradition qui conditionne les gens à centrer toute leur attention sur des argumentations bien élaborées pour un noble but, tout en ignorant les motivations contradictoires et même malveillantes, bien que souvent inconscientes, de l'interlocuteur.

Chaque fois qu'une de ces personnes posait la moindre objection, la petite voix de l'avocat expérimenté en Wolverton pouvait facilement, même si cela n'était que temporaire, fasciner son équipe avec des justifications rationnelles faites de répression démoralisante et d'agressivité. Susan en était la cible favorite et elle agissait comme si elle était habituée à un tel traitement.

Avec un peu de recul, ses réactions étaient similaires à celles des personnes qui subissent des violences physiques, émotionnelles ou sexuelles et que je rencontre en coaching dans ma pratique d'équithérapie. Wolverton avait perçu instinctivement sa forte résistance aux abus et il en usait pour sa propre gratification. Durant les six mois passés dans cette ferme, je l'ai vu affairé à mettre la pression, et ce, jour après jour. Ses yeux reflétaient un étrange sentiment de satisfaction lorsqu'il réussissait à briser le sang-froid de Susan, puis il s'amusait à la ridiculiser un peu plus.

Finalement, la tension atteignait un point tel qu'elle criait sur les chevaux et sur les apprentis, et sur moi aussi, à la moindre faute. Elle conservait un peu plus longtemps sa patience envers les jeunes chevaux – un trait que j'admirais – et pourtant, en fin de compte, elle finissait par se mettre en colère aussi contre eux.

Bien que mes accords avec Wolverton aient conservé quelques intérêts, je trouvais la vie dans cette ferme de plus en plus insupportable. Le processus de prise de décision incohérent et égoïste, ainsi que le fait que Susan, les chevaux et même certains des employés soient sans cesse malmenés, gâchait tout.

Pendant ce temps, je cherchais les moyens d'arranger les problèmes de Rasa et je gardais le contact avec notre premier entraîneur, Vikki Lindsey. Un matin, nous avons fait monter Rasa dans un van et nous nous sommes rendus chez un couple de vétérinaires. Vikki avait entendu dire qu'ils étaient ouverts aux thérapies alternatives telles que l'acupuncture, et qu'ils pourraient trouver une solution non chirurgicale. Les deux vétérinaires étaient présents pour



le premier examen et ils cherchèrent ensemble les différentes options possibles. Ils passèrent plusieurs appels téléphoniques et trouvèrent une approche différente pour s'occuper de ce type de lésions. Ils envisageaient d'injecter des stéroïdes dans les articulations, en espérant que cela empêcherait le gonflement et favoriserait le développement cellulaire. Rasa serait alors gardée dans sa stalle pendant dix jours et ensuite je pourrais la monter à nouveau.

Au grand étonnement de bien des gens, la procédure semblait fonctionner et Susan m'aida à mettre ma jument bien-aimée en forme. En tant que cavalière, j'avais plus d'expérience puisque j'avais étudié la monte anglaise et le saut d'obstacles avec Vikki, et les bases du dressage avec Susan. Un fait plus important encore, durant la période de repos de Rasa alors que ma jument noire n'était pas à même de suivre un emploi du temps plus conventionnel, j'ai retrouvé certains des jeux que j'avais avec les chevaux dans mon enfance. Ces élans naïfs, et pourtant efficaces, avaient renforcé les liens entre nous, créant en elle un sens plus grand de la coopération et m'apportant une manière plus intuitive et créative d'être en relation avec les chevaux. Comme je ne voulais pas qu'on puisse me voir affairée à tous ces jeux, Rasa devait attendre que les autres humains s'absentent pour déjeuner ou pour une journée de repos.

Chaque fois que je n'étais plus sur mes gardes, que je faisais confiance à mon instinct et que je n'avais pas peur d'agir de manière fantaisiste, j'ai observé que Rasa était plus intelligente et plus adaptable que je ne l'avais pensé. En adoptant ses postures, ses gestes et ses rythmes respiratoires, j'étais capable de me mettre dans l'état d'esprit équin. Soudainement, le comportement des animaux de la propriété prenait plus de sens et j'essayais d'améliorer les jeux que je proposais aux chevaux pendant les entraînements et lorsqu'il fallait intervenir pour régler un problème. Je me sentais bien de mettre cela en pratique pendant mes heures de travail. Lorsque je testais mes méthodes nouvelles et toutes simples avec les autres chevaux de la ferme, je découvrais qu'eux aussi étaient plus intelligents qu'on ne le croyait. La plupart des frustrations et des incompréhensions qui existent entre les deux espèces semblaient venir du fait que les motivations, les valeurs et les réponses des chevaux étaient souvent à l'opposé des buts et des réactions humaines dans des situations similaires. Plutôt que de lutter contre les perceptions équines de la réalité, je décidais de travailler dans leur sens. Malheureusement, cela conduisit à accroître les différences de points de vue entre Susan et moi. Cela atteignit son maximum le jour où elle se mit à frapper une poularde particulièrement brillante et sensible, et ceci simplement parce que la jument réagissait bien par rapport à moi mais faisait tout pour la fuir.

Plus tard, j'ai compris que les réactions des chevaux pouvaient ne pas être uniquement attribuées à des différences de technique d'entraînement ou de philosophie. Le fait que tous les animaux de la ferme me préféraient à Susan dépendait de ma cohérence émotionnelle. Lorsque j'étais confuse, en proie à la peur ou mal à l'aise, j'en parlais et je demandais conseil. En tant que monitrice en formation, il était de mon devoir d'être honnête avec mes peurs et mes frustrations. De plus, Susan qui était considérée comme une experte voyait sa position sans cesse sapée par son patron. Après avoir supporté les insultes incessantes et les jeux malsains de Wolverton si longtemps, elle était au bord de la dépression, et tout le monde le ressentait. Cela rendait les chevaux plus nerveux en sa présence.

L'habitude assez répandue chez les humains de réprimer les ressentis négatifs ou socialement inacceptables est particulièrement inquiétante pour une espèce qui survit grâce à sa capacité à jauger à distance la présence et les intentions du prédateur. Une personne qui est incohérente sur le plan émotionnel, qui agit à l'opposé de ce qu'elle ressent, apparaît comme dangereuse et décentrée pour le système d'attention équin. À cette époque, je ne savais pas encore ce que l'incohérence émotionnelle pouvait induire, mis à part bien sûr le fait que cela perturbait les chevaux. Je n'étais certainement pas capable d'en parler avec Susan pour lui expliquer de quelle manière mon succès auprès des chevaux semblait coïncider avec son incapacité croissante à les calmer. Il en résulta qu'elle me voyait comme une rivale résolue à la faire passer pour une personne déséquilibrée face aux autres apprentis.

Les chevaux eux-mêmes semblaient défier la mentalité et les méthodes traditionnelles. Même si je pouvais dire que dans ses meilleurs jours Susan avait encore beaucoup à m'apprendre, je ne savais pas combien de temps j'allais rester. C'est Rasa qui a déterminé le moment de notre départ lorsqu'elle a commencé à boiter sans raison apparente. Lorsqu'elle perdit ses forces, j'ai cherché un endroit plus proche de chez moi où nous pourrions prendre une convalescence physique et émotionnelle. La claudication de Rasa m'avait conduite à devenir une monitrice plus confiante et plus efficace avec les autres chevaux ; ce que je n'avais pas pris en compte dans mon plan de vie. La réapparition de son affliction nous menait vers une nouvelle aventure.

#### UNE OASIS DANS LE DÉSERT

Une série de coïncidences nous amena au paradis sur terre : un petit ranch privé de quatre hectares, situé à trois kilomètres de chez moi et construit entièrement par un riche promoteur immobilier. Il n'y avait pas de maison d'habitation sur cette propriété, seulement une demi-douzaine de chevaux, une écurie, une sellerie incroyablement confortable et bien équipée, avec des canapés en cuir, une superbe chaîne stéréo et un réfrigérateur rempli de bonnes bières. Il y avait aussi une volière avec des faisans et des paons, deux belles pâtures, un champ d'avoine et un bosquet de plus d'un hectare où Rasa, Noche et un bœuf de quatre quintaux nommé Norman passèrent trois belles années. C'est par passion que Timothy Graham avait créé ce paradis. Il cherchait quelques personnes pour l'aider à prendre soin des animaux. Je l'ai vu monter ses chevaux à deux reprises. La plupart du temps, il semblait jouer la version pour adultes d'un jeu de construction, s'affairant ça et là avec son tracteur pour apporter

régulièrement de nouvelles améliorations. Lorsque lui-même et sa famille perdirent l'intérêt à ce jeu, il put revendre sa propriété trois fois son prix.

Dans la petite ferme de Timothy, j'avais tout le temps et la tranquillité pour expérimenter ce qui convenait à mes chevaux et je leur laissais souvent l'occasion d'aller à leur gré. Ils rentraient et sortaient de leur stall, s'arrêtaient dans l'allée centrale pour écouter le dernier disque de Steve, rendaient visite aux autres chevaux, brouaient quelques jeunes pousses d'avoine ou se plaçaient à la porte de la sellerie pour demander des carottes aux personnes qui se reposaient là. J'avais quand même posé quelques petites limites. Par exemple, les chevaux n'avaient pas le droit d'entrer dans la sellerie parce que Rasa avait compris ce qu'il fallait faire pour ouvrir la porte du réfrigérateur. Rien ne m'empêchait de passer mes jours et mes nuits auprès de mes amis à quatre jambes et je gagnais une nouvelle compréhension du comportement des chevaux en faisant ce qu'ils affectionnent le plus : ne rien faire.

Comme Rasa boitait de temps en temps au cours de cette période, j'étais forcée de l'accompagner sans la monter en marchant près d'elle. Cette fois, l'expérience n'était en rien traumatisante pour elle autant que pour moi. En fait, l'ambiance était tellement enrichissante que j'ai donné le nom d'Oasis à la pension de Graham située en plein désert.

Ma manière d'être en relation avec les chevaux, sans programme précis, a été à l'origine d'une autre conséquence assez inattendue. En effet, le comportement de Noche s'est considérablement amélioré avec un minimum d'effort de ma part. Il commença à me faire confiance comme jamais je n'aurais cru cela possible et je pouvais vraiment me rendre compte des aspects surprenants de sa personnalité qui se révélaient peu à peu. Lorsqu'il y avait des êtres humains autour de lui, les yeux de Noche devenaient ternes, il prenait une attitude renfermée, ses mouvements devenaient mécaniques et manquaient d'aisance. Bien entendu, il avait été ainsi avec moi pendant des années. Je m'imaginais que c'était un vieux cheval stoïque qui, de temps en temps, avait tendance à prendre peur en présence des êtres humains. J'ignorais complètement qu'il ne prenait vie que lorsque les créatures à deux jambes rentraient chez elles. Il ne me montra jamais cet aspect de lui-même avant que je commence à passer du temps dans le pâturage et à me comporter comme un cheval.

Avec le temps, je comprenais que Noche était un dominant sage, plein de compassion et puissant, avec une tendance au romantisme, transcendant ainsi le fait qu'il avait été hongré longtemps auparavant. Il cherchait les faveurs de chaque nouvelle jument qu'on mettait au pâturage, tout en contrôlant tous les autres hongres et en créant un lien fort avec chacun. Il protégeait Norman, le bouvillon, des assauts occasionnels de Rasa. Cette association entre espèces devint si forte que Noche accepta même que Norman le monte par jeu ; c'était une concession étrange en sachant que le hongre bai aurait rué si un autre cheval avait tenté une telle prouesse.

Rasa et Noche n'avaient jamais vécu ensemble avant d'être à l'Oasis. J'observais avec fascination les relations curieuses qu'ils développaient à l'ombre des arbres. La nature grégaire de Rasa et sa présence étrangement proche de l'humain lui donnaient assez de confiance pour défier le hongre, plus vieux et plus expérimenté ; elle a même failli gagner la partie. Le lien puissant qu'elle avait avec moi intimidait Noche qui attendait que je parte pour porter le coup décisif. À mon retour, le lendemain matin, j'ai trouvé la jument noire tranquillement en retrait derrière le hongre bai, tressaillant de douleur avec une grosse morsure au milieu du dos. C'est peut-être à cause de cette morsure de domination que Rasa est la seule jument pour laquelle Noche n'a jamais montré d'intérêt sexuel ; il l'a toujours tenue à distance, sauf lorsque des êtres humains s'approchaient d'eux. Chaque fois qu'une nouvelle personne, ou un groupe de personnes, entrait dans le pré, Noche se mettait en retrait et laissait Rasa prendre en main la suite des opérations ; il l'observait s'approcher de chaque personne comme s'il était dépendant du jugement de cette experte. En cela, Rasa était la sentinelle de la harde, le lien entre le monde des chevaux et celui des humains – position qu'elle conserve depuis plus de dix ans maintenant, bien qu'une douzaine de chevaux se soient succédé durant cette période. Malgré une certaine réserve entre eux, Noche avait fait grandir les talents de Rasa autant que sa présence. Chaque fois que je prenais la jument pour animer une soirée événementielle ou un atelier, Noche venait vers elle lorsqu'elle revenait et il lui léchait gentiment la tête pendant plusieurs minutes. C'était un geste très spécifique, quelque chose que je ne lui ai jamais vu faire à Rasa autrement au quotidien.

C'était tout nouveau pour moi de reconnaître Noche comme un être vif et hautement adaptable, et c'est ce qui m'a motivée à m'inscrire avec lui à des leçons de jumping dans le club situé près de la petite ferme. Je n'y aurais jamais pensé tant que je le considérais comme un ancien cheval de cow-boy. C'est là que j'ai rencontré la monitrice que j'attendais depuis toujours. Cathy Schreiber connaissait les figures habituelles pour le travail en manège ou en extérieur. Elle avait aussi fait des recherches dans le domaine des techniques de pointe et avait conçu ses propres méthodes. Elle estimait qu'il fallait traiter les chevaux comme des collaborateurs et non comme des possessions, tout en reconnaissant les différences importantes qui existent entre les deux espèces. Elle était aussi diplômée en massage pour les chevaux et avait étudié avec Linda Tellington-Jones, formatrice internationalement reconnue qui avait mis au point des techniques utilisant les pouvoirs de guérison et de communication du toucher dans le travail avec les chevaux.

Une des élèves de Cathy qui était aussi son assistante, Julia Coleman, avait mis en pension un cheval à l'Oasis. Au fil des ans, nous avons exploré des manières nouvelles d'être en relation avec nos partenaires équins. L'Oasis devint le point de rencontre pour tous les professionnels de la région qui avaient l'esprit ouvert ; ce qui amena finalement

le noyau de notre groupe à former le Centre Équestre Epona. Fondé en 1996 par Cathy, Julia, Dana Light, Cathie Hook, Stacey Kollman, Shelley Rosenberg, Paula Frey et moi-même, à l'origine cet organisme était spécialisé dans les domaines de l'éducation et du développement de la personne. Nous organisons des ateliers, ou « clinics », avons mis au point des programmes de conférences et faisons office de bureau central pour l'information concernant les formateurs de toutes disciplines. Lorsque l'une de nous avait un cheval ou un client ayant un problème de compatibilité, nous trouvions une meilleure combinaison. Les formatrices partageaient leurs informations et échangeaient leurs élèves, ce qui était peu fréquent dans le monde de l'équitation à l'époque. Nous nous entraînions pour faire face aux difficultés de l'entreprise.

Un trop-plein d'avidité et de chauvinisme au service de l'ego circule sournoisement dans le monde des concours hippiques où les chevaux sont démarrés trop jeunes, poussés trop durement et écartés lorsqu'ils ne résistent plus à la pression. Les personnes aussi sont rejetées après usage. Chacune des personnes appartenant au cercle étendu des formateurs attaché au centre Epona a des histoires terribles à raconter. Quelques-unes de ces personnes ont été exposées à des violences physiques, et même au viol, dans le circuit des concours hippiques. Toutes ont été le témoin de considérations éthiques ou légales complètement bafouées par de riches propriétaires ou par des officiels heureux d'en profiter. Les membres de notre organisme osent imaginer une vie différente pour les chevaux et les personnes qui s'en occupent. Nous avons apporté des changements significatifs dans nos écuries et dans notre travail par un réel soutien mutuel, tirant notre inspiration du nom choisi pour notre organisme. Epona, la déesse celte des chevaux, apparaît parfois sous la forme d'une jument blanche capable d'illuminer le futur. Lorsque à la fin des années quatre-vingt-dix, j'ai amené tous mes chevaux dans une pension appelée Le Ranch et que j'ai officiellement débuté ma pratique de la thérapie facilitée par les chevaux, le fichier d'Epona disposait déjà de thérapeutes pouvant prendre en compte les problèmes physiques, mentaux et spirituels que les cavaliers découvraient dans leur travail avec les chevaux.

WU WEI

Durant les deux années passées au petit ranch de Timothy, j'ai développé de façon instinctive une approche thérapeutique de l'art équestre en aidant de nombreux cavaliers amateurs ayant des chevaux qu'on disait à problèmes. Tirant profit de mes expériences avec Rasa et Noche, j'ai aidé de nombreux propriétaires déçus à observer les bénéfices apportés dans leur relation avec leurs partenaires à quatre jambes en les considérant comme des êtres sensibles qui méritent la coopération et non la domination. Pour cela, je leur conseillais pour toute pratique de se promener avec leur cheval pendant quelques semaines. J'avais vu combien les techniques d'entraînement approximatives, la cravache, les mors qui deviennent progressivement douloureux, et toutes autres sortes de gadgets qui forcent une créature de plusieurs centaines de kilos à se soumettre conduisaient invariablement à des dégradations physiques ou psychologiques, sans parler de la peur et du ressentiment du cheval qui peuvent mettre la vie du cavalier en danger. Le fait d'encourager les personnes à ne plus insister, à arrêter tout programme et à passer du temps à « ne rien faire » avec leur cheval était d'une efficacité surprenante pour faire disparaître les problèmes de comportements installés depuis longtemps ainsi que quelques difficultés sur le plan physique. Je reste encore surprise du nombre d'étalons « fous » et de juments « difficiles » qui ont apprécié dans leur vie cette attitude apparemment insignifiante de la part d'êtres humains.

Depuis lors, j'ai reconnu cette inclinaison comme étant la clé de voûte dans des films qui mettent en scène des relations thérapeutiques entre un humain et un cheval ou entre humains. Dans le livre *L'homme qui murmurait à l'oreille des chevaux*, le personnage principal s'agenouille dans le pré en présence du cheval traumatisé, en attendant patiemment une après-midi entière que le cheval se rapproche de lui doucement et frotte son nez contre son épaule. Dans le film *Will Hunting*, le psychologue joué par Robin Williams s'assoit deux heures durant dans un silence parfait avec le personnage joué par Matt Damon, puis encourage le génie perturbé à répondre avec ses propres moyens d'expression. C'est l'engagement du thérapeute de ne rien faire pendant un temps suffisamment long qui conduit à cette libération. Pour moi, ces scènes brèves et pourtant fortes renforçaient une tendance découverte par nécessité lorsque Rasa boitait trop pour s'engager dans une activité équestre conventionnelle. Pour de nombreuses personnes, l'idée même de payer un formateur pour qu'il se promène quelques heures avec un cheval qui pose problème, ou qui conseille le propriétaire de le faire, semble ridicule.

Dans notre culture, ne rien faire est un vice de fainéant. Ceux qui travaillent beaucoup, consomment beaucoup, font des efforts et semblent fort occupés sont ceux que nous avons appris à admirer et à imiter. L'art de ne pas faire d'effort a été perdu et il en résulte que nous souffrons de mille problèmes liés au stress. Dans toute l'histoire de la civilisation occidentale, on valorise l'activité. J'ai dû rechercher dans l'histoire de la Chine ancienne pour trouver un terme qui définit l'aspect constructif de l'attitude de ne rien faire : wu wei, qui peut se traduire approximativement par « ne pas faire. » C'est un des principes fondamentaux du taoïsme, un système de pensée et d'apprentissage lié à l'expérience qui, comme je l'ai rapidement compris, avait beaucoup en commun avec le point de vue équin. Les chevaux sont des taoïstes par nature. En lisant le *Tao Te Ching*, l'ouvrage le plus célèbre issu d'une philosophie de trois mille ans d'âge, j'ai trouvé de nombreux concepts qui m'ont aidée à avoir de meilleures relations avec ces remarquables créatures et à expliquer les aspects les plus insaisissables des interactions entre les humains et les chevaux.

Le taoïsme est bien connu dans notre culture populaire par le cercle yin yang, ces deux symboles semblables à deux têtards imbriqués, et qui représente l'équilibre des opposés dans l'univers et dans le psychisme humain : le

blanc et le noir, la lumière et l'ombre, la création et la destruction, le masculin et le féminin, le conscient et l'inconscient, le son et le silence, l'action et la non-action. Pour le mental occidental patriarcal et sûr de lui de manière implacable, la vision taoïste de la réalité apparaît à première vue à l'opposé de toutes nos croyances, car elle demande de prendre en considération l'opposé de notre propre inclinaison. L'une des plus fameuses citations du Tao Te Ching nous conseille de « connaître le yang et conserver le yin, » qui est souvent traduit par « Connais le masculin mais demeure dans le féminin. » Lorsque j'étais avec les chevaux, je vivais cette philosophie. Mes aventures avec Rasa et Noche m'ont enseigné que lorsque mes efforts les plus sincères ont échoué, j'ai toujours une option puissante – ne rien faire – ce qui est souvent beaucoup plus efficace à long terme que toute solution intellectuelle. Cela m'a enseigné que lorsque la logique ne peut pas expliquer une situation, certaines notions irrationnelles qui apparaissent dans mon esprit, mon cœur ou mes rêves peuvent me conduire à la vérité. Cela me rappelle sans cesse que tout ce qui est considéré comme féminin – les émotions plutôt que l'intellect, l'intuition plutôt que la raison, la proie plutôt que le prédateur, la relation plutôt que le territoire, la coopération plutôt que la compétition, le processus plutôt que le but, la compassion plutôt que le jugement – contribue à constituer ma force la plus grande. Avec le temps, ces sages à quatre jambes m'ont conduite à une réalité non verbale si éloignée des sentiers battus que mes hypothèses les plus fondamentales sur la nature de la réalité ont été remises en cause.

## CHAPITRE III

### LES VOIX DES ANCÊTRES

Je ne me souviens pas du moment où j'ai pris conscience que j'étais hantée. Le ressenti s'est installé progressivement en moi au fil des semaines. L'atmosphère était chargée, remplie d'attentes, comme si quelque chose que je ne parvenais pas à voir tournait autour de moi, attendant simplement que je reconnaisse son existence. En octobre 1996, deux années après mes expériences d'une autre dimension avec Rasa, la sensation était si troublante que j'ai commencé à rechercher ce qui avait pu être écrit sur le sujet.

Les textes évoquant les rêves prophétiques semblaient indiquer que des propriétés du mental, non définies jusqu'à ce jour, pouvaient être en action, mais j'étais encore convaincue que les personnes qui ont de véritables interactions avec des êtres surnaturels appartiennent à une minorité dans la multitude d'escrocs et de doux rêveurs qui ne font que donner des noms à leur propre processus psychologique et les appellent esprits. S'agissait-il d'un fantôme qui me suivait dans un espace particulier de mon psychisme, criant pour être entendu et créant ainsi des perturbations qui envahissaient ma vie pour se faire remarquer ? En faisant face à une force intérieure ou extérieure, je ne voulais pas succomber à ses influences par peur d'être possédée. La pression grandissait chaque jour, et je pouvais facilement imaginer que ce fantôme allait envahir et dévorer mon identité si j'ouvrais la porte pour le laisser entrer.

La peur de perdre le contrôle provenait de la même modification perturbatrice de la conscience qui était survenue durant mon premier mariage tumultueux. Peu de temps après ma protestation explosive à l'encontre des insultes de mon mari, j'ai eu une liaison, fruit du chagrin, de la confusion et de la rancune. Mon esprit et ma moralité me rappelaient que c'était une preuve supplémentaire des imperfections du caractère que je possédais. Pourtant, à ma grande surprise, je ressentais que je m'ouvrais au lieu de m'enfermer sous le poids de mon examen de conscience, et je me sentais momentanément libérée du maléfice des critiques agressives de mon mari. La sensation ne venait pas de l'histoire d'un amour romantique avec un autre homme. La sensation venait d'une montée soudaine de la puissance que je ressentais à libérer ma sexualité des jeux de domination de mon mariage. La personne avec qui je vivais cette histoire d'amour ne cherchait pas à me posséder ; dans ce contexte, j'étais son égale. Le fait que je sorte alors d'un schéma de comportement et d'un système de valeur habituels avait bien fissuré les apparences de la perception ordinaire. Je me sentais bénie et protégée : les couleurs devenaient intensément vives, les événements de la vie quotidienne semblaient extraordinaires. J'allais et venais pendant trois jours dans un état d'extase sans cesse croissant, m'imaginant emplies d'une lumière bleu lavande au parfum de rose. Mon âme était complètement épanouie.

Les autres personnes le remarquaient également. Des personnes qui m'étaient complètement étrangères s'approchaient de moi dans les magasins et insistaient pour m'offrir quelque chose. Même ma voix avait un effet surprenant. Je travaillais comme présentatrice dans une station de radio consacrée à la musique classique et le jour où la rose lavande atteignit son plein épanouissement, le téléphone de la station de radio ne cessa de sonner pendant mon temps d'antenne. Je prenais les appels d'admirateurs avec lesquels je n'avais jamais parlé auparavant, ils me confiaient des détails très intimes de leur vie et me demandaient conseil. Comme en état de transe, je m'entendais les conseiller avec un niveau d'éloquence et d'intuition que je n'aurais jamais atteint dans un état ordinaire. L'expérience était si délicieuse et si perturbatrice que j'ai essayé d'en capturer les effets en quelques lignes dans mon journal ; elles peuvent encore transmettre l'intensité que cette expérience eut pour moi :

Je flotte en pleine extase, baignée de cette chaleureuse lumière lavande à son premier épanouissement. Des inconnus me donnent des cadeaux en échange de mots étranges et de silences bienfaisants pour cette luminosité surprenante qui ressemble à la caresse d'une fleur ou au baiser d'une perle. Je sais que ce nouveau paysage est trop fragile pour nourrir un jardin numineux.

Cela s'estompe trop vite et se flétrit, laissant des souvenirs parfumés. Je rassemble les pétales séchés en un lieu sacré et attends le rajeunissement à venir, fécondé par le péché, la douleur et le refus. Maintenant que j'ai embrasé le ciel et mis le feu à ma demeure, vos épées ne pourront plus s'enfoncer aussi loin. J'ai goûté la rose ; elle peut dormir dans son tombeau sans fond mais je peux l'entendre encore en rêve, chuchotant mon nom dans la nuit.

Cet éclair d'une autre réalité continua à me porter durant mes épreuves. Il me fallut des années de lutte pour me libérer de mon premier mariage, mais la rose qui avait fleuri en moi me donna un profond sentiment de bien-être. Elle me fit peur aussi car avant que tout cela ne survienne, j'avais été torturée par de nombreux rêves prémonitoires que je refusais de prendre en compte. J'ai vu la maison que j'ai achetée seulement plusieurs années après, lorsque je me suis installée en Arizona avec mon nouveau mari. Bien sûr, je ne pouvais pas penser qu'il s'agisse d'autre chose que d'un simple souhait à cette époque. Je n'avais pas encore rencontré Steve. J'étais impressionnée par la clarté de l'image et par l'aspiration intense que je ressentais pour une maison dans laquelle il me tardait de revenir, même si je ne l'avais encore jamais vue auparavant.

Non, ce qui me troublait vraiment, c'étaient les visions simples et pures, sans importance, qui me revenaient dès que je me réveillais. Par exemple, un matin de printemps, peu avant le lever du soleil, j'ai rêvé d'un chat noir qui rentrait à toute vitesse par la porte de la cour. S'il m'arrivait d'avoir un tel rêve maintenant, après avoir étudié le vocabulaire de la psychologie jungienne, j'aurais tendance à l'interpréter comme la métaphore d'une intuition

puissante surgie des profondeurs de mon inconscient. Toutefois, cette nuit-là je me suis sentie poussée à me lever et à appeler mon chat de couleur fauve clair dans la nuit. Il n'était pas en vue. Au lieu de cela, une forme sombre se glissa chez moi lorsque j'ouvris la porte vitrée. Il s'agissait d'un vrai chat noir, un chat que je n'avais jamais vu auparavant. J'ai attrapé l'intrus et l'ai mis dehors. Mes mains tremblaient alors que je me tenais dans l'air frais et odorant d'une aube naissante. Je ne pouvais nier que de nouvelles perceptions faisaient suite à mon éveil coloré de lavande, mais j'étais dominée par la peur de voir ma propre mort si je laissais tout cela s'intensifier.

À cette époque, je n'avais personne à qui me confier ; l'attitude intolérante de mon mari envers tout ce qui se situait hors de la raison humaine conventionnelle ne m'encourageait nullement à partager ces expériences avec lui. Je ne pensais pas être folle mais j'avais peur que quiconque mette en doute ma santé mentale si je dévoilais tout cela.

Quinze années plus tard, il m'arrive souvent que des rêves se réalisent et je suis très à l'aise pour en parler grâce aux séries de visions nocturnes assez remarquables qui ont sauvé la vie de mon cheval – et changé la mienne par la même occasion. Les frontières entre le visible et l'invisible, entre le monde logique et mythologique ont commencé à s'estomper lorsque je me suis mise à considérer que les deux faces de la même pièce avaient la même valeur. Un torrent de significations semble s'écouler sous les circonstances de la réalité consensuelle, comme si les événements qui se produisaient lorsque j'étais éveillée participaient à une pièce de théâtre bien plus vaste et plus complexe que le créateur de l'univers fait vivre dans ses rêves depuis la nuit des temps. Lorsque je regardais l'expérience humaine comme la représentation d'une imagination décuplée, j'étais à même d'interpréter des incidents qui semblaient n'avoir ni queue ni tête, telle une intrigue dans un roman. Parfois, je devais poursuivre la « lecture » du livre pour comprendre les implications de ce qui se déroulait au moment donné, mais les réseaux souterrains de logique et de poésie qui nourrissaient ma propre histoire finiraient par remonter à la surface le moment venu.

En analysant le mythe que constitue ma vie, un lien lumineux relie ma brève rencontre avec un chat noir inconnu et mon attraction irrésistible pour le cheval noir que j'ai recherché et acheté sept ans plus tard à des milliers de kilomètres de là. Le chat, un petit être prédateur associé aux pouvoirs de l'inconscient collectif, bondit des brumes du rêve et de la magie jusque dans ma maison. Je n'ai pas recherché sa visite. Il est venu à moi comme un voleur dans la nuit et je fus si surprise que je le remis dehors aussitôt. Pourtant, en devenant plus forte et plus confiante en ce qui concerne ma place dans le monde dit réel, je décidais de franchir l'abîme qui sépare le domaine des mythes et celui de la raison. Plus précisément, un aspect caché de mon psychisme avait déjà décidé de franchir le pont précaire qui sépare ces deux domaines sur le dos d'une créature qui semblait tenue par le destin de m'amener jusque-là.

## DES PONTS VERS L'AUTRE MONDE

Dans les légendes racontées en Extrême-Orient, en Asie centrale, en Europe et au Moyen-Orient, les chevaux sont considérés comme les messagers entre le monde des esprits et le nôtre. Certaines tribus celtes utilisaient une jument blanche comme oracle. À travers un ensemble de mouvements simples et ritualisés, la jument répondait par oui ou non aux questions allant des stratégies guerrières à la planification des plantations ou aux querelles conjugales. Les légendes arabes mettent en valeur le sixième sens du cheval. Une histoire raconte qu'un cavalier échappa à une attaque surprise parce qu'il avait fait confiance aux hennissements nerveux de son coursier et qu'il avait fui dans le désert des heures avant que ses compagnons sceptiques se fassent massacrer dans leur sommeil.

Cependant, à la différence des chats auxquels on attribue également des dons de perceptions extrasensorielles, les chevaux sont aussi perçus comme ceux qui portent leur cavalier du monde visible au monde invisible, ou qui conduisent les personnes vers des formes de connaissances disparues. À notre époque, les chamans Yakut, dont le peuple représente le deuxième plus grand groupe de natifs sibériens, ne peuvent pas rêver de visiter l'autre monde sans l'aide de leurs chevaux. L'animal, son image, et par conséquent les objets qui le personnifient, sont toujours présents au cours des préparations et des cérémonies. Le tambour du chaman personnifie un coursier fougueux durant ces rituels et le maître de cérémonie devient lui-même un cheval dans les moments de transe, son assistant tenant une longue paire de rênes attachée à des anneaux cousus au dos de sa robe sacrée. Au Nigeria, la culture Hausa Bori, une variation urbaine de la religion pré-islamique, insiste sur les relations avec le monde surnaturel, faisant du cheval leur messager, comme le font de nombreuses sectes vaudou en Haïti et à la Jamaïque. Par une série de rites initiatiques, ceux qui en font profession apprennent à appeler les forces invisibles qui viennent « chevaucher » leurs montures humaines.

Avec le temps, j'ai trouvé que cette dimension mystique de la connexion entre les chevaux et les humains semblait fondée et qu'elle était plus importante que je ne l'avais pensé. De plus, j'en étais moi-même un exemple. Peu de temps après avoir acheté mon premier cheval à Tucson, une transformation dans ma conscience modifia profondément mon écriture et je devins plus perméable à l'univers équin. À cette époque, je gagnais ma vie comme présentatrice de radio et critique musical. Je devais, entre autres, écrire une introduction pour l'album de Steve, Origins, qui allait bientôt être mis sur le marché lorsque les rythmes tribaux et les bourdonnements primordiaux qu'il avait enregistrés m'inspirèrent quelque chose de très différent de mon style journalistique habituel. De façon soudaine, la narratrice n'était plus le critique passif ou l'historienne, mais une voyageuse solitaire perdue dans le désert sous un violent orage qui la forçait à chercher refuge dans une petite caverne :



Un éclat de tonnerre sauvage se réverbère sur la roche brute, secouant les fragments perdus d'une conversation noyée dans la poussière, incantations dans un langage qui n'existe plus, l'histoire de héros dont les corps nourrissent la terre. Leurs esprits subsistent dans le vent. Un vieil homme saisit un serpent, un autre agite un hochet. Des rires sardoniques se transforment en plaintes d'une nostalgie existentielle... Des flammes jaillissent du feu sorcier et plus personne n'a d'ombre pour se cacher. Nous nous observons à travers un voile de fumée alors que des étincelles fusent dans toutes les directions et que le temps s'enroule sur lui-même, momentanément à l'abri de la fureur d'un orage d'été. Suis-je en train de délirer ? Ou bien sont-ils en train de rêver du temps présent ? Peuvent-ils me voir, appuyée contre la paroi de cette caverne, le visage éclairé par le feu, un spectre en short de randonnée déchiré qui vacille dans leur vision trouble du futur ? Suis-je celle qui a été appelée par quelque étrange rite primitif ?

Les mots s'inscrivaient sur l'écran de mon ordinateur comme s'ils m'étaient dictés, aucune crainte de la page blanche ni aucun frein à l'inspiration, comme si la musique de mon mari avait percé un trou dans mon cerveau et fait jaillir une source d'images qui s'écoulaient dans mes bras et se répandaient sur l'écran. Je croyais qu'il s'agissait d'un hasard extraordinaire. Un an plus tard, lorsque Steve termina la suite de l'album *Origins*, je doutais pouvoir égaler cette expérience d'écriture. À vrai dire, alors que nous écoutions la version finale d'*Artefacts*, une sensation familière monta en moi. Le jour suivant, après une belle promenade à cheval, je me suis sentie invitée à prendre mon carnet de notes et à y coucher quelques phrases. L'histoire reprit là où elle s'était arrêtée et s'écrivit pratiquement d'elle-même, alors que je regardais mon cheval paître au loin.

Au début, j'attribuais ces périodes d'inspiration spontanée uniquement à la musique, mais j'écrivais sur le style tribal depuis des années sans jamais avoir été affectée de cette manière. Puis il m'apparut clairement que l'émergence de cet imaginaire plus créatif coïncidait avec l'année où j'avais commencé à passer chaque jour de nombreuses heures en présence de ces animaux merveilleux. Chaque fois que j'étais en présence de chevaux, je me sentais en contact avec la partie de moi-même qui semblait la plus ancienne, la plus mystérieuse et la plus en harmonie avec les instruments indigènes et les rythmes que Steve développait dans ses enregistrements de plus en plus primitifs. Aussi, j'aspirais à retourner vers une forme de conscience humaine beaucoup plus ancestrale.

Ces pensées entraient en jeu alors que je continuais à écrire dans ce style que j'appelais la Voix du Souvenir. Durant l'été 1995, les deux introductions écrites pour *Origins* et *Artefacts* donnèrent naissance à un projet littéraire que j'appelais *Paroles du cheval noir*. En travaillant sur ce mode, je pris de plus en plus d'intérêt à entrer dans cette conscience qui existe entre le rêve et la réalité, un état légèrement extatique qui se situe à cheval entre ce monde et l'autre. Des compréhensions intuitives venant de mon cerveau gauche comme de mon cerveau droit se mélangeaient aussi naturellement que deux rivières venant de directions différentes et convergeant en un fleuve.

En utilisant une représentation métaphorique de mon expérience avec *Tabula Rasa* comme point de départ, j'ai défini les étapes d'un voyage dans un autre monde où le narrateur chemine avec un cheval noir estropié pour compagnon. En cours de route, il doit expliquer les habitudes de la pensée humaine à des créatures qui ne sont jamais allées dans le pays de la logique qu'ils appellent *La Surface*. Au moment le plus important, il rencontre un groupe d'êtres sans forme appelés *Les Ancêtres* qui lui suggèrent d'inventer de nouveaux mythes et d'en réinterpréter les anciens, afin de dépeindre les caractéristiques de la conscience humaine et leurs fonctions limitées dans le cadre d'une matrice plus large de connaissance potentielle qui porte en elle une infinité de styles de pensée non-humaine et de conscience à travers l'univers. Dans ce processus, il découvre un secret enfoui depuis bien longtemps, qui sauvera finalement la vie du cheval noir.

Un grand nombre de mes découvertes concernant la compréhension du langage et du comportement interactifs entre les chevaux et les humains ont vu le jour durant la rédaction de ce texte particulier. Les endroits les plus étranges où je me suis rendue par l'imagination demandent une profonde compréhension de l'histoire, de la religion, de la mythologie, de la philosophie, de la psychologie et du processus de création lui-même. C'est comme si des pages entières de pensées intuitives, sans rapport entre elles, étaient naturellement digérées par quelque mécanisme inconscient de mon cerveau pour ressortir enfin en une tapisserie complexe de pensées tissées par *La Voix du Souvenir*. Mon urgence à déchiffrer les événements étranges de ma vie constitua l'objectif de mes recherches.

Je voulais savoir pour quelles raisons il est possible de rêver du futur, de quelle manière les pulsions logiques et esthétiques du cerveau parviennent à se marier, de quelle manière l'intuition amène à des découvertes attestées ensuite par des méthodes scientifiques, comment les chevaux peuvent induire des états de conscience expansée chez certains cavaliers, comment certaines personnes entendent des voix qui agissent comme un avertisseur mental alors que d'autres entendent des voix et essaient d'expliquer cela en écrivant de gros livres, comme le fit Julian Jaynes avec *The Origin of consciousness in the breakdown of the bicameral mind*. Pour commencer, je voulais aussi savoir pourquoi une jument arabe souffrant d'une claudication congénitale inspirait tout cela.

Pendant cette période, j'avais peur cependant de parler à Steve de mes expériences avec les esprits. Cela me semblait trop bizarre pour être pris aussi simplement que cela se présentait. De plus, il était difficile de définir pour quelle raison je trouvais, chaque jour davantage, que cela constituait un phénomène extérieur et non pas intérieur. Chaque fois que j'essayais d'interpréter un ressenti en termes psychologiques ou mythologiques, la pression s'élevait comme si ce, ou celui, qui me suivait s'impatientait de mes tentatives à expliquer tout cela. En dernier

ressort, j'ai décidé d'agir comme si j'avais affaire à une conscience autonome, un visiteur de l'autre monde. Je décidais de m'adresser à cette force invisible comme si elle existait réellement.

Rien de spectaculaire ne se produisit. Aucun spectre en robe longue ne se matérialisa devant mes yeux ni ne s'adressa à moi avec ce ton noble et caverneux que les fantômes des légendes et des histoires semblent toujours affectionner. Toutefois, j'ai vraiment ressenti un signe de remerciement pour cette reconnaissance timide. J'étais emplie de ce sentiment inébranlable que ce quoi-qu'il-est avait quelque chose d'important à dire et était déterminé à rester là jusqu'à ce que je l'écoute et prenne des notes.

À ce moment, il me parut évident que les Ancêtres que je croyais être ma création pouvaient être mes ancêtres et que, d'une certaine manière, je les avais ramenés à la vie par le simple fait d'écrire sur eux dans un état de conscience modifiée. Ou bien était-ce leur présence qui, en premier lieu, m'avait amenée à écrire ces mots ? Peut-être que la Voix du Souvenir était en fait la Voix du Retour, une apparition astrale qui présidait mon initiation en tant que membre d'une très ancienne lignée.

Prenant la voie de la moindre résistance, j'ai continué à chevaucher ce train de pensées qui remontait dans le temps, en espérant que je ne perdrais pas complètement contact avec la réalité dans ce processus. Qui étaient mes ancêtres, après tout ? Du côté de ma mère, ma famille était issue des Highlands d'Écosse ; et pourtant, même si je me sentais reliée à de nombreux symboles et concepts des premières tribus celtes, j'étais bien davantage attirée par mes racines paternelles. J'ai commencé à lire des ouvrages sur l'Ukraine. Mes grands-parents avaient émigré de cette région agitée au début du xx<sup>e</sup> siècle et j'ai grandi avec les sons mélodieux de leur langue natale dans mes oreilles. Ukraine signifie « pays frontière », un nom qui convient à une région située à l'extrême sud-est de l'Europe, aux portes de l'Asie, le long des rives de la mer Noire et pas très loin de la Méditerranée ; elle se situe entre les terres recouvertes de forêts et la vaste étendue de prairies appelée steppe. Le pouvoir dans ces espaces n'est pas concentré, comme l'écrit Neil Ascherson dans *Black Sea* : « Le titre de commandeur suprême peut appartenir à un homme ou une femme dont les origines familiales se situent chez les nomades des steppes pastorales, turques, iraniens ou mongols. Les gouvernements locaux ainsi que les systèmes économiques sont laissés aux soins des marchands grecs, juifs, italiens ou arméniens. Les soldats, généralement des mercenaires, peuvent être scythes, sarmates, caucasiens ou goths, vikings, anglo-saxons, français, allemands. »

Le fait que ma famille soit originaire d'un si puissant creuset culturel me convenait parfaitement. J'avais toujours ressenti une affinité égale pour les philosophies de l'Orient et celles de l'Occident. En tant qu'étudiante en musicologie, le jeu délicat du koto japonais et le rythme sensuel des chants arabes n'étaient pas plus étrangers pour moi que les harmonies symphoniques luxuriantes de la musique classique européenne. Dans mon esprit, il n'y avait pas une opposition mais une interpénétration qui constituait une image plus complète de la quête humaine, de son art et de ses innovations. Dans l'esprit authentique mais inconscient de mon héritage ukrainien, je ne voyais aucune raison de rejeter les principes de la société occidentale en faveur des intuitions orientales. Nombre de chercheurs de ma génération étaient convaincus que c'était là que se trouvait la solution, pourtant le thème sous-jacent de ma vie impliquait une méfiance envers toutes les civilisations, sans discrimination. Je me suis toujours sentie comme une étrangère, comme si l'histoire de toute la race humaine consistait en une expérience complexe basée sur des prémices malencontreuses qui veulent que notre évolution se dirige invariablement dans une impasse tant que nous ne voulons pas comprendre que nous avons choisi de suivre une hypothèse extrêmement limitée. Cela s'avéra être la clé pour comprendre exactement ce qui me hantait.

## LE PAYS AMAZONE

Mon grand-père ukrainien était maréchal-ferrant. Il aurait pu tout aussi bien être chapelier parce qu'à ma naissance, ma famille n'avait plus de rapport avec les chevaux. Ces animaux étaient considérés comme une relique du passé préindustriel. D'après mon père, ils survécurent pour le plaisir fastueux d'une élite ; aussi, il y avait bien peu de chance que mes parents, simples ouvriers, accèdent aux vœux de leur fille qui désirait posséder son propre cheval. Je devais me contenter de monter le poney d'une amie, offrant en échange mes services pour nettoyer les boxes et m'occuper des chevaux durant les concours hippiques locaux. Je m'éclipsais régulièrement pour aller m'offrir à la ferme du marchand de chevaux quelques montes à cru sur les membres de sa harde qui n'étaient jamais les mêmes. De nombreuses années durant, mon obsession était considérée à peine plus que comme des choses que les jeunes filles semblent avoir avec les chevaux. J'étais plutôt encline à croire cela jusqu'à ce que je commence mes recherches sur mes racines ancestrales à la demande pressante d'un esprit.

Je n'ai jamais vu les outils que mon grand-père utilisait pour son travail. Après que les innovations technologiques ont rendu le cheval de labour obsolète, il fut forcé d'accepter un travail dans une aciérie. Lorsqu'il mourut, quelque temps avant mon cinquième anniversaire, les seules vestiges de son premier travail se résumaient à quelques fers à cheval qui rouillaient dans la cave. On connaît bien peu de l'histoire de sa famille, toutefois j'ai découvert que, dans les pays slaves, le maréchal-ferrant a toujours été considéré comme une personne un peu à part.

Traditionnellement, les maréchaux-ferrants restaient entre eux car le monde paysan considérait l'art ancestral du feu et du fer comme une branche essentielle, quoique suspecte, de la magie. Les maréchaux-ferrants ukrainiens étaient craints et respectés, parfois considérés comme guérisseurs, d'autres fois accusés de sorcellerie, mais rarement invités à s'intégrer à la vie sociale du village. Le métier se transmettait de père en fils comme un secret, un pacte



tacite, et le rituel se perpétuait de génération en génération.

Grand-père Claudius était notoirement asocial ; tout étranger à la famille était considéré comme importun, ou au mieux vaguement suspect. Son comportement apparaissait comme excentrique aux yeux de ma mère, ma sœur et moi-même. Pourtant, aucune de nous n'aurait pu penser que l'intolérance du grand-père avait quelque chose à voir avec le conditionnement social de sa vocation séculaire. « Votre grand-père a eu une vie très dure » aurait dit notre père, il est venu de l'ancien continent, il a combattu pendant la première guerre mondiale, il a lutté pendant la crise. Après tout cela, il lui fut difficile d'accorder sa confiance aux gens. »

Lorsque Claudius Kohanov immigra aux États-Unis, il fuyait en fait la longue série de guerres et de famines de son pays natal. Il ne parlait jamais beaucoup de sa vie en Ukraine ; les souvenirs étaient bien trop pénibles. Ma grand-mère, une femme particulièrement soumise, avait fui les mêmes conditions ; elle avait rencontré mon grand-père et s'était mariée avec lui dans le Nouveau Monde. Le fait que Palahia ait été orpheline à l'âge de quatre ans impliqua que les histoires de sa lignée ne s'étaient pas tues par choix, mais avaient simplement disparu avec ses parents.

La seule chose dont nous étions sûrs, c'est qu'elle était la fille d'un Cosaque. Chaque fois que ce mot était prononcé dans ma famille, il était habituellement suivi d'un silence impressionnant qui soulignait le fait que ces guerriers provoquaient la peur dans le cœur des paysans tout comme des princes. Il n'était pas étonnant que ma grand-mère ait perdu ses parents avant même de commencer à les connaître. Ils avaient probablement été tués dans une sorte d'escarmouche dans laquelle ils étaient impliqués. En fait, je n'ai pas très bien su ce que signifiait être Cosaque, du moins jusqu'à ma trentième année, lorsque je me suis mise à poursuivre des recherches à partir des indications sommaires que j'avais de mes ancêtres.

En l'occurrence, ma grand-mère descendait d'une lignée de cavaliers barbares qui régnaient sur le royaume sauvage des grandes steppes du quinzième siècle jusqu'au début du vingtième siècle. Ces gens vivaient en marge de la société et ramenaient à la vie l'existence romantique d'une culture plus ancienne basée sur la relation avec les chevaux ; cette culture avait été florissante dans cette région plus de deux mille ans auparavant. Pourtant, selon de livre d'Archerson, Black Sea, ils n'avaient jamais été capables de retrouver la gloire de leurs ancêtres nomades. Les Cosaques constituaient une abomination, une horde de voleurs, de naïfs idéalistes et de bannis qui avaient utilisé leur nouvelle liberté pour vivre dans la violence et traiter les femmes comme des esclaves. Ma grand-mère se considérait comme une servante dans sa propre maison parce qu'elle avait été élevée dans une culture qui renforçait ce comportement sous la menace, acceptée socialement, de punitions sévères.

En devenant mercenaires du Tsar, les Cosaques furent à nouveau séduits par l'impitoyable Empire russe qu'ils avaient, à l'origine, cherché à fuir. « Les Cosaques n'étaient pas capables d'agir en partenaires et protecteurs des steppes » conclut Ascherson, mais ils se sont soumis. Comparés aux peuplades Indo-Iraniennes de l'Antiquité et à quelques peuplades turques qui leur succédèrent, les Cosaques étaient des primitifs. La force, la lutte et l'orgueil mâle sont rarement valorisés dans les sociétés stables et traditionnelles, mais plutôt chez les bandits... Ce fut, dans le passé, un territoire d'amazones, et ce machisme débordant des Cosaques était une rupture avec le passé.

Un territoire d'amazones ? Je n'avais jamais imaginé que mes ancêtres évoluaient dans les paysages historiques ayant inspiré les feuilletons kitsch de la télévision tels que Xena, La princesse guerrière. J'avais l'impression que les amazones étaient des créations de fantasmes masculins dénaturés, les ancêtres de Wonder Woman, des sauvages portant un fouet, des vierges en armure qui faisaient des courses équestres, habillées d'une jupette en peau de bête et d'un corsage qui moulait leur buste. Cependant, en lisant le livre d'Ascherson, ainsi que d'autres récits historiques sur le sujet, j'ai appris que les chevaux avaient été domestiqués pour la première fois par les habitants de cette région de grandes plaines quatre mille ans avant notre ère, que les femmes montaient et se battaient en compagnie des hommes si elles le désiraient et que certaines de ces peuplades étaient incontestablement matrilineaires. Plus important encore, je pouvais comprendre à partir d'une description sommaire de leurs coutumes que les cultures Scythes et Sarmates étaient autant influencées par le comportement des chevaux que par celui des humains. La présence sans forme qui volait près de mon épaule gauche me poussait à continuer mes recherches.

Les premiers cavaliers n'ont laissé aucune trace écrite. Les histoires les plus anciennes remontent à 450 avant notre ère ; écrites par Hérodote, père de l'histoire, dont les souvenirs de Scythes et les évocations de ces femmes guerrières qu'il appelait amazones étaient considérées comme de la pure fantaisie à l'époque victorienne. Au cours des années cinquante, beaucoup de ce qu'il avait écrit fut confirmé par les archéologues qui commençaient à mettre à jour de nombreux monuments funéraires que les nomades érigeaient dans les steppes.

Les restes de chevaux et d'humains étaient étendus parmi des rangées éblouissantes de tapis de selle colorés décrivant des scènes de la vie quotidienne. Cela révélait ainsi une culture de la mise en valeur décorative des crinières et des masques de chevaux armoriés de manière fantastique. Les individus à quatre jambes de la tribu étaient préparés et habillés avec autant de soin que leurs contreparties à deux jambes. Les corps des deux espèces avaient été remplis de plusieurs herbes dont Hérodote rapporte qu'elles étaient utilisées dans les rites funéraires chez les Scythes : l'anis, l'encens et le persil ainsi que quelques autres herbes des marais.

Dans l'une des tombes se trouvaient un sac en peau contenant du cannabis, des chaudrons en bronze remplis des pierres et la structure d'une tente de sudation d'une hauteur d'un mètre vingt ; la présence de cette tente corroborait parfaitement les écrits du grand historien grec qui décrivent que les nomades des steppes pratiquaient

des bains de vapeur dont la chaleur était bien supérieure aux bains de vapeur grecs. En d'autres termes, les Scythes préféraient altérer leur perception en s'asseyant dans de petites huttes de sudation et en jetant des graines de marijuana sur des pierres chauffées.

Puisque ces tribus à cheval n'avaient pas de base d'opération à entretenir, elles portaient leur richesse sous forme de bijoux raffinés et hautement symboliques ainsi que des tenues d'équitation très élégantes. L'invention du pantalon est même attribuée à ces nomades. Si la princesse guerrière Xena avait réellement existé, elle aurait porté un pantalon serré et rentré dans des bottes de cuir, une chemise à manches longues et une veste longue ; tout cela aurait été tissé et orné de broderies ouvragées. Galopant à travers l'étendue sans ombrage des vastes steppes, elle aurait protégé sa tête du soleil avec un chapeau en toile et, lors des périodes de guerre, avec un casque très ouvragé. Une large ceinture en fer, destinée à protéger la région du bas-ventre, était un élément important des attributs de combat pour les hommes comme pour les femmes. Selon le livre de Renate Rolle, *The World of Scythians*, les amazones n'en étaient pas moins conscientes de leur féminité. Leurs tombes sont remplies de miroirs, de flacons de parfum, de cosmétiques de diverses couleurs et de très belles pièces de bijouterie. J'ai vu un magnifique collier en or datant du quatrième siècle avant notre ère, pesant près d'un kilo et demi et composé de trois rangs de motifs très expressifs. La première rangée est composée de juments et de vaches nourrissant leurs petits, un mouton tenu entre deux hommes barbus et portant des cheveux longs ainsi qu'une brebis se faisant traire par une femme ressemblant beaucoup à ma grand-mère. La deuxième rangée est constituée de fleurs et de spirales, symbolisant sans aucun doute la Terre. Et sous ces douces scènes de la vie pastorale, la troisième rangée dépeint le monde souterrain mythique dans lequel des créatures en grand nombre prolifèrent et interagissent. La représentation est surprenante dans son affinité avec certaines des visions qui avaient pu m'apparaître lorsque j'écrivais *Paroles du cheval noir*.

Toutefois, le plus important, c'est ce qui a été écrit sur le comportement de ces nomades pendant les batailles ; ces descriptions ont peu en commun avec les légendes habituelles des féroces barbares qui envahissent et dominent les innovations sacrées du monde civilisé. Hérodote raconte l'histoire du roi Darius Premier de Perse, par la suite envahisseur de la Grèce, et qui entra en Eurasie pour la première fois en 512 avant notre ère pour une expédition punitive contre les Scythes. Lorsqu'il atteignit la région des steppes, aucun de ses officiers ne savait de quelle manière engager le combat avec ces soi-disant primitifs. Chaque fois que leurs troupes se rapprochaient, les Scythes se dispersaient, tout simplement, en chevauchant dans la prairie, conduisant ainsi les forces militaires du roi, parfaitement disciplinées, de plus en plus profondément vers les étendues sauvages. Des semaines durant, les cavaliers observaient, en restant à une distance suffisante, ignorant les insultes provocatrices du roi, le rendant encore plus furieux en rompant leur rang pour aller chasser un lapin qui passait par là pendant que les Perses continuaient leurs gestes menaçants. Les Scythes dormaient sur leur cheval, buvaient le lait des juments et jouaient alors que les hommes de Darius s'affaiblissaient en proie à l'attente et la faim. Finalement, les Perses furent obligés de faire demi-tour et de rentrer chez eux alors que les cavaliers laissaient exploser leur joie en riant au loin.

Les Scythes maintenaient leur culture et leur territoire en agissant comme les chevaux qu'ils montaient. S'enfuir avant de se battre n'était pas un acte de lâcheté ; c'est du bon sens. Il n'est pas nécessaire de verser du sang pour protéger le troupeau. Les femmes avec leurs enfants et les juments avec leurs poulains peuvent disparaître en se cachant dans ces grands espaces sauvages. Les cavaliers et leur monture, des deux sexes, n'ont plus qu'à défier les attaquants en se dirigeant dans une autre direction. Comme ils n'avaient aucune ville à défendre, ils se préoccupaient peu des ennemis. C'est seulement lorsque certains des membres, les plus matérialistes, de ces tribus cavalières commencèrent à faire du commerce avec les habitants des villes, qu'ils sacrifièrent des siècles de liberté. Plus ils avaient de possessions, ou plus ils en acquéraient, plus leurs richesses leur pesaient et plus ils se sédentarisèrent. L'or, le vin et les vases décorés des Grecs attirèrent finalement les nomades dans la cage dorée de l'amnésie culturelle. Ceux qui refusèrent d'oublier prirent la fuite pour aller un peu plus loin vers les terres sauvages jusqu'à ce que les civilisations qui se développaient à l'est comme à l'ouest s'étendent jusqu'à déborder même sur leurs propres sanctuaires. D'une façon ou d'une autre, les véritables ancêtres des centaures légendaires furent finalement enfermés par les occidentaux et orientaux, des hommes opportunistes qui recherchaient à annexer et soumettre chaque espace de vie sauvage, comme s'il s'agissait d'une mission divine.

« Maintenant, n'oublie pas cela », semblait dire le fantôme.

## LES CADEAUX DES NOMADES

Les chevaux sont naturellement des nomades et les humains qui ont découvert de quelle manière monter ces bêtes gracieuses et rapides n'ont pas nécessairement cherché à les domestiquer. Les deux espèces se sont groupées en une même harde vivant en influence mutuelle et en coopération. Les théories récentes sur la domestication des animaux soutiennent ce point de vue. Cependant, cela ne signifie pas que ces tribus étaient moins sophistiquées que celles qui ont choisi de se sédentariser et de cultiver la terre. La notion, encore très répandue, que l'agriculture représente une innovation importante par rapport au nomadisme est basée, selon les théories d'Ascherson et quelques autres chercheurs, sur la peur naturelle des gens qui se déplacent. Ce point de vue a été mis en relief par les Grecs et adopté plus tard par les peuplades d'Europe qui se sédentarisèrent de plus en plus.

Le pastoralisme nomade n'était cependant pas une condition de vie « primitive. » Au contraire, c'est une option qui s'est développée dans les communautés agricoles installées et cela exigeait la maîtrise des chevaux et des

techniques équestres. Cela exigeait aussi l'usage de la roue pour permettre aux populations de se déplacer avec leurs troupeaux en utilisant charrettes et chariots, une administration centrale capable de décisions rapides en cas d'urgence, ainsi que nombre d'artisans et spécialistes, et ceci bien davantage que pour une famille vivant de la ferme. Les tribus à cheval ont même cultivé des céréales sans en devenir esclaves. Elles plantaient simplement les graines dans des parcelles de terre fertile et elles revenaient moissonner lors de leurs migrations saisonnières.

L'hypothèse que les nomades étaient plus violents et plus destructeurs que leur contrepartie civilisée a commencé à se dissiper à la lumière des recherches récentes. L'archéologue danois Klavs Randsborg affirme que ce ne sont pas les hordes de barbares maraudeurs qui ont provoqué la chute du monde gréco-romain. Au contraire, ces sociétés ont détruit leur environnement et, par désespoir, sont parties sublimer les terres et les cultures voisines : les Celtes, les Germains, les Thraces et les Scythes, « qui jusqu'alors avaient mené une existence stable et productive en harmonie avec la nature. »

Les Grecs ont été parmi les premiers hommes à construire des murs, physiquement et mentalement, entre eux-mêmes et avec les cycles de la terre nourricière. Dans leur isolation croissante, ils imaginèrent non seulement qu'ils étaient séparés du monde de la nature et de ses créatures, mais aussi qu'ils leur étaient supérieurs. Le désir ardent de se tenir à l'écart les conduisit à inventer des catégories pour les êtres humains, selon les modes de vie que ceux-ci choisissaient. Le terme « barbare » vient d'une onomatopée grecque qui désigne un langage étranger, un son appartenant à une langue incompréhensible. Toutefois, ce terme finit rapidement par désigner quelque chose de bien plus menaçant qu'un simple choix de vie. Dans son livre, *Inventing the barbarians*, Edith Hall suggère qu'au cours du v e siècle avant notre ère, les Athéniens transférèrent tout ce qui était étrange et repoussant en provenance du monde mythique des monstres sur des régions habitées par les « barbares. » Auparavant, il y avait les cyclopes, les harpies, les sirènes et les gorgones coiffées de serpents pour symboliser les aspects démoniaques du psychisme humain. Pourtant, comme la conscience hellénique, séparée de la sagesse de la nature, étayait les mécanismes de discrimination de la logique grecque, le monde mythique perdit en importance et en crédibilité. À cette même époque, les premières villes souffraient de l'oppression due à l'instabilité résultant d'une consommation ostentatoire et d'un accroissement démographique non maîtrisé. Le seul choix possible consistait à étendre le territoire, absorbant ainsi les contrées et les ressources d'autres personnes, les asservissant aux travaux nécessaires pour construire et moissonner en conséquence. Après un millénaire d'expansion, nécessaire pour compenser les échecs économiques répétés, ce processus avait conduit les habitants des villes à dévaster complètement le monde naturel et celui des nations qui les entouraient.

La dualité qui oppose la civilisation aux barbares, présentée comme un véritable concept dans les écoles que j'ai fréquentées, était un mythe inventé par les sociétés établies pour justifier leurs propres agressions, leur rage acharnée attisée par un péril économique camouflé en impératif moral. Avec l'avancée du saint Empire romain germanique, cela devenait un acte religieux dicté par Dieu lui-même. Les barbares, comme on nous l'enseignait, étaient un fléau diabolique qui devait être soit absorbé par une société meilleure et plus humaine soit rayé de la surface du globe. C'est le seul raisonnement qui pouvait justifier la destruction furieuse nécessaire à la subsistance toujours croissante de toute civilisation sophistiquée. Les nomades, qui ont été finalement repoussés jusque dans leurs derniers retranchements, furent traités comme des bêtes malveillantes.

Au cours de ces dernières années, une philosophie appelée nomadologie s'est appliquée à analyser, et même à promouvoir, les bénéfices que représente un tel mode de vie pour les personnes victimes des caprices de la vie sédentaire. L'artiste polonais Krzysztof Wodiczko a conçu un véhicule pour les nomades du xxi e siècle en combinant l'abri, la mobilité et la communication. Patrick Wright, un ami de Wodiczko, est persuadé que cette « machine de guerre nomade » est en réalité « destinée à la survie, à l'intelligence et à l'évitement des conflits plutôt qu'à la lutte elle-même... – plus proche de l'animal traqué qui apprend à coexister avec ses ennemis que du prédateur qui est à la recherche d'une proie – un engin de manœuvre qui s'oppose au combat, favorise la mobilité en apparaissant et disparaissant à volonté, un engin d'intelligence qui s'oppose à une marche en avant brutale et implacable. »

La première fois que j'ai lu ces mots, il m'a paru évident que la culture des nomades était vraiment basée sur le comportement équin : « Voici la technique par laquelle l'être faible prend le dessus sur l'opresseur : en se dispersant, en rejetant toute idée de centralisation, en se déplaçant rapidement dans l'espace, par tout moyen comme dans le nomadisme. » La voie des chevaux semble avoir beaucoup en commun avec les idéaux du véritable Jésus de Nazareth – non pas celui de la religion chrétienne, qui a été revu par l'Empire Romain et les autres incarnations capitalistes de la foi. En tant que Juif, il était d'une lignée de nomades. Alors qu'à cette époque le monde civilisé essayait d'éradiquer tout mode de vie non-sédentaire, ce sauveur prophétique de l'humanité fut crucifié pour avoir encouragé les gens à rejeter la séduction d'une vie citadine, à se déplacer en laissant Dieu, par la nature, prendre soin de leurs besoins, à éviter le combat à tout prix. Dans la vision du Christ de la rédemption, l'être faible hérite de la Terre et le lion doit se coucher près de l'agneau. Bien que le développement humain n'en fût encore qu'à ses débuts, le Sauveur n'a même pas tenté de se sauver lui-même. Le roi des animaux a frappé l'agneau de Dieu, et depuis lors perpétue ses saccages.

En tant qu'omnivores, les êtres humains possèdent des caractéristiques du prédateur autant que de la proie. C'est le prédateur, chez l'être humain, qui a été capable de domestiquer le chat et le chien. Mais selon les descriptions des premiers cavaliers, c'est la dimension de proie dans le psychisme humain qui a permis de solidifier une association avec le cheval. Les conceptions de vie carnivore et herbivore étaient rencontrées parmi les tribus des

steppes. Pourtant, à l'écart de la recherche continuelle d'équilibre de la nature, le monde civilisé a donné naissance à une situation dans laquelle le lion devient une machine à tuer impitoyable que rien ne peut arrêter.

De nos jours, il est fréquent que l'aspect prédateur de la personnalité dévore l'aspect proie dès le plus jeune âge. Les gens peuvent aller à l'église de dimanche et s'asseoir pour écouter les paraboles de disciples qui abandonnent toutes leurs possessions ou tournent la tête pour présenter l'autre joue, mais lorsque le lundi matin arrive, la bête relève sa tête terrible et le carnivore enragé se déchaîne à nouveau.

Pour que le changement se produise, le psychisme humain doit adopter une nouvelle matrice de sagesse capable d'équilibrer la nature violente du prédateur intérieur. Le lion doit se coucher près de l'agneau. Pourtant, alors que la race entière est au bord de l'extinction, afin d'obtenir le respect du lion, il va falloir créer un symbole plus fort et plus imposant. L'image d'une proie qui apparaît plus maligne que son prédateur dans des proportions aussi démesurées ne peut pas être celle d'un agneau, symbole de l'innocence pure de la victime. Cependant le cheval peut capter l'attention de la bête comme image nouvelle d'une représentation plus mûre, plus élégante, plus puissante et plus majestueuse. Était-ce cela que mon fantôme essayait de me dire ?

Il devint soudainement très clair que le génocide des tribus des Amérindiens et la tragédie de l'esclavage africain étaient l'équivalent moderne de la sauvagerie civilisée qui avait effacé ma propre tribu ancestrale – et beaucoup d'autres, quelques milliers d'années auparavant. Une fois que toute l'Europe a été soumise et vidée de sa vitalité naturelle, d'autres territoires furent visés. Nous devons encore prendre soin des répercussions de cette dernière vague d'atrocités, non pas que ces cultures aient été éradiquées comme cela se passait dans le passé, mais parce que leur annihilation a été stoppée d'extrême justesse. Au-delà de toutes leurs souffrances, les descendants des Amérindiens et des Africains ont au moins gardé certaines histoires de leurs ancêtres, le rythme ancestral de la tribu, et les vestiges de quelques-uns de leurs rituels qui donnent une ligne de vie pour la résurrection d'une mémoire culturelle qui peut les soutenir dans ces temps difficiles. Le seul témoignage de mes ancêtres était enfoui dans ce qu'il restait des steppes de l'Ukraine. Il ne reste ni nom, ni histoire, ni description détaillée de leur religion, juste quelques objets dispersés dans différents musées et quelques lignes écrites par un Grec qui observait leur comportement étrange avec une certaine distance. Malgré tout, ces trouvailles archéologiques ont exercé une influence considérable sur les chercheurs, et suffisamment tranchante pour traverser les brumes de la propagande de la civilisation qu'Ascherson décrit comme : « une dynastie avec une mentalité impitoyable qui continue à garder un pouvoir invisible sur le mental occidental. »

Cependant, il semble qu'un autre pouvoir invisible flotte dans l'air, une force qui a traversé le temps et les distances pour s'adresser à moi au moment même où j'étais assez insensée pour l'écouter. Cette cour culmina en un signe simple et classique, signe qui me porta promptement à trouver un conseiller. Comme un soupirant qui obtient l'attention de sa bien-aimée lorsqu'il admet la mythologie de son âme, mon spectre traversa la barrière qui semblait insurmontable entre nos mondes pour se présenter avec un cadeau des plus mystérieux : une rose lavande exquise et bien réelle.

#### UN HASARD GÉNÉTIQUE ?

Steve et moi sommes en train de baigner Noche par une douce nuit de pleine lune. Le vieux mustang sage qui a enduré tant de souffrances est calme et me permet de verser de l'eau fraîche sur son corps alors qu'il hennit doucement pour marquer son approbation. Pourtant, il semble qu'il a quelque chose d'important à dire. Sa voix devient de plus en plus puissante et énergique alors qu'il essaye de s'exprimer avec la vibration et la fréquence de ce qui semble être un langage humain, dans le même ton que son hennissement. Il persévère et les mots deviennent de plus en plus clairs au fil de ses efforts. Finalement, il parvient à formuler une question :

« Combien de temps as-tu tenu ? »

La phrase résonna dans mon esprit au réveil. Qu'est-ce que cela pouvait bien signifier ? À la fin du rêve, Steve me suggéra que Noche pouvait me demander mon âge, mais cette interprétation ne semblait pas très exacte. Quelque chose dans les mots choisis par ce cheval bai faisait penser davantage à un koan zen qu'à une question banale. Les moines bouddhistes utilisent de tels questionnements paradoxaux pour inciter leurs disciples à sortir du processus de pensée habituel de raisonnement pour s'orienter vers des états de compréhension immédiate et intuitive. Il est parfois nécessaire de méditer des mois sur une seule phrase pour que survienne le moment foudroyant de la reconnaissance, mais lorsque cela se produit, l'étudiant est prêt à rejoindre le rang de ses maîtres.

Quelques semaines après ce rêve, j'avais laissé Noche et Rasa libres de gambader dans l'Oasis, j'avais étendu une couverture sur l'herbe pour m'y asseoir et écrire ce rêve dans mon journal. Je n'avais pas encore été capable d'en trouver la signification. J'espérais un peu que l'écriture amoindrirait l'emprise qu'il exerçait sur moi. Rasa s'approcha de moi, me frotta l'épaule et, désignant son ventre, me demanda de la gratter. Noche était en train de paître tout près de là. Bien qu'il soit un solide cheval de randonnée, il avait eu comme une soudaine apparition la veille au soir. J'avais mis pied à terre pour qu'il se repose sur le chemin vers l'écurie et nous marchions côte à côte alors que les derniers rayons d'un soleil fluorescent disparaissaient à l'horizon. Tout d'un coup, Noche fit un bond en avant et rua comme si quelqu'un ou quelque chose nous attaquait par derrière. Depuis trois années qu'il était avec moi, il ne s'était jamais comporté de la sorte lorsqu'il était sellé. Sa peur des humains l'avait rendu imprévisible en présence d'étrangers à l'écurie, mais rien d'autre ne semblait le troubler. Si je n'avais pas gardé le contrôle avec les rênes ce

soir-là, il m'aurait sûrement laissée sur place. Je fis un petit tour pour voir ce qui avait causé un tel choc ; il n'y avait rien, seulement le silence profond du crépuscule. Un gros frisson me parcourut le dos.

Par cette belle et lumineuse après-midi d'octobre, je frissonnais encore en me souvenant de cet incident. Maintenant, je comprenais que j'avais eu plus peur de perdre la tête que de m'interroger sur la réalité de mon fantôme. Je mis au défi cet esprit de me proposer une preuve physique de son existence, de produire une chose s'il le fallait ; autrement, je laissais tomber et continuais ma vie. Au-dessus de moi, le soleil filtrait au travers les branches des arbres. Rasa allait l'amble pour accueillir un des chevaux nouveaux et Noche était assoupi à l'ombre des arbres. Je ramassai mes livres, fermai la sellerie, donnai un peu de foin aux chevaux et me dirigeai vers ma voiture que j'avais garée à l'entrée du ranch, à quelques centaines de mètres de là. Alors que j'arrivais près du portail du ranch, je vis un éclat de lumière au-dessus de ma vieille voiture toute déginglée. Quelque chose était accroché au rétroviseur extérieur, coté conducteur.

C'était une rose, une rose couleur lavande. J'étais ravie. Je n'avais jamais vu une telle fleur auparavant. Le propriétaire du ranch avait planté des parterres de roses de chaque côté de l'entrée et je cherchais quel plant avait produit cette floraison remarquable. Il y avait des roses jaunes, roses, rouges, oranges et même blanches mais pas la moindre trace de quelque chose qui puisse se rapprocher de la teinte si raffinée de cette fleur parfaite. Cela devait être un hasard génétique. Mais qui l'avait cueillie et mise là où je pouvais la remarquer immédiatement ?

J'avais parlé à mon amie Julia Coleman de ce qui m'était arrivé à propos d'une rose lavande lorsque j'avais une vingtaine d'années. Elle avait pris une leçon d'équitation au centre d'équitation qui se trouvait proche du ranch ; en passant au ranch, elle avait dû remarquer la rose lavande et elle l'avait accrochée au rétroviseur de ma voiture. Il était étrange qu'elle ne soit pas venue me parler un peu, sachant que j'étais là. Elle devait être pressée, pensai-je tout en démarant la voiture pour rentrer chez moi.

Je n'avais pas de vase convenable pour cette rose, mais elle s'accommoda très bien d'une flûte à champagne. Steve fut également surpris de sa couleur lorsque j'ai porté cette rose dans son bureau pour la lui montrer ; mais nous avons été encore plus surpris lorsque j'ai téléphoné à Julia pour la remercier.

« C'est superbe, dit-elle. J'aurais aimé que ce soit moi. Mais je ne suis pas allée là-bas de toute la journée. »

Je n'ai jamais su qui avait attaché la rose à mon rétroviseur, mais lorsque je me penchais sur la fleur pour en humer le parfum capiteux cela ne m'importait aucunement. Que cela soit une connaissance ou un admirateur secret qui, en passant près de ces fleurs, soit pris d'un désir soudain de mettre cette fleur particulière là où je ne pouvais pas la manquer, comment cette personne aurait-elle pu savoir ce qu'un tel geste pouvait signifier pour moi ? J'étais troublée par la synchronicité de l'événement, et impressionnée par sa poésie. Je ressentais aussi que j'avais besoin d'une aide véritable.

Me sentant plus torturée que jamais, je téléphonais au docteur Patricia Hursh, une conseillère psychologique qui m'avait été chaleureusement recommandée par ma monitrice d'équitation, Cathy Schreiber. À cette époque, Cathy, Julia et moi-même faisions partie du groupe de formateurs « pré-Epona » que nous retrouvions ensemble chaque semaine pour partager ce que nous avions sur le cœur à propos du monde du cheval et de la vie en général. Au cours d'un dîner, quelques jours avant que cette fleur me fasse la grâce de sa présence, Cathy m'avait parlé de sa séance cathartique avec Patricia et de ses effets pour l'aider à faire face à une relation destructive et manipulatrice. Le Dr Hursh, munie d'un doctorat en psychologie était également à l'aise avec les techniques de guérison spirituelle. J'avais demandé à Cathy le numéro de téléphone de cette femme, pensant qu'elle était la seule personne avec laquelle je pourrais parler librement, si je ne savais pas comment m'en sortir par moi-même avec cette présence fantomatique.

Pourtant, lorsque je me dirigeais vers son cabinet le lundi après-midi suivant, je n'étais pas encore très sûre quant à la manière d'aborder le sujet. Je m'imaginais qu'il suffirait de quelques séances avant de me sentir prête à lui parler de ce qui se passait vraiment ; après tout, je ne voulais pas passer pour une folle même si j'avais déjà atteint le point où je pensais que je pouvais effectivement l'être. Mon éducation bourgeoise du Middle West me rendait hésitante à parler de ce type d'expériences avec une personne que je ne connaissais pas.

Cette méfiance ne venait pas seulement d'un préjugé culturel contre tout ce qui ne pouvait pas être expliqué par la logique mais aussi du fait que mon père avait fait un séjour dans un centre de soins où il avait été traité par électrochocs et gavé de médicaments pendant les quarante années qui suivirent ce séjour. Ce placement en institut avait eu lieu après avoir été submergé de ressentis et de visions qui lui avaient empêché temporairement d'exercer son métier au début des années soixante. Il jouissait d'une personnalité hautement créative et extrêmement empathique dans un environnement qui appréciait uniquement la mise en œuvre d'une vie bien structurée, à l'écart d'émotions fortes. Lorsque mon père ne pouvait pas contenir de lui-même ses sensations, les médecins lui administraient assez de Valium pour maîtriser ses visions et reconstruire une apparence socialement acceptable de chef de famille. Cela calmait ses nerfs à fleur de peau, suffisamment pour lui permettre de reprendre son emploi dans un bureau d'architectes. Les paysages psychédéliques et extrêmement colorés qu'il peignait pendant ses moments de loisirs étaient devenus un rare exutoire lorsqu'il était sous tranquillisants ; son art n'a pas pu poursuivre son développement. Est-ce que le docteur Hursh allait répondre à mes ressentis et mes visions avec un traitement similaire ?



Patricia était une femme gracieuse, aux cheveux noirs mi-longs ; elle avait une voix douce et apaisante. Elle me mit tout de suite à l'aise. Je signalais, sans insister, que des choses étranges dans ma vie méritaient une attention différente des pratiques thérapeutiques conventionnelles, mais que je me sentais rassurée d'être en présence d'une personne ayant étudié aussi la psychologie classique. Je lui demandais de me parler de sa formation et de sa manière de travailler.

Patricia m'expliqua que depuis son enfance elle était capable de voir ou d'entendre des choses que les autres ne remarquaient même pas. Au fil des ans, elle a essayé de trouver sa place dans un monde rempli de forces qui dépassaient sa compréhension en étudiant le psychisme tel que la médecine occidentale le définissait, tout en utilisant des pratiques intuitives pour combler les manques. Elle ajouta qu'elle travaillait avec des « guides » qui surveillaient les mécanismes de la « loi universelle » et qui étaient à même de venir en aide de multiples manières.

— Bien, dit-elle en posant les mains sur les genoux, que puis-je faire pour vous ?

— J'ai l'impression d'être possédée, me suis-je étonnée de laisser échapper, comme s'il s'agissait d'une affection habituelle et légitime.

Patricia n'a pas cillé alors qu'elle me demandait plus de détails. Je lui ai alors parlé de la Voix du Souvenir et lui ai signalé le passage consacré à mes ancêtres dans mes écrits. Je lui ai décrit la pression croissante que je ressentais dans l'air qui m'entourait et la manière dont tout cela semblait vouloir me transmettre quelque chose. Je lui ai confié la peur que j'avais de m'ouvrir à cette expérience parce que je n'étais pas sûre de ce que je devais faire des intentions du fantôme.

— J'ai l'impression que je suis moins apeurée que circonspecte, ai-je ajouté pour conclure. Je ne sais pas s'il est possible d'être possédée par une force extérieure, mais si les histoires de fantômes sont vraies, je dois admettre que la possession est aussi une réalité. J'ai besoin de savoir, avant tout, si tout cela fait partie de mon imagination. Si ce n'est pas le cas, je veux savoir si je peux laisser ce quoi-que-ce-soit entrer en toute sécurité, si je peux m'exprimer ainsi. Et bien entendu, j'aimerais beaucoup savoir qui cela est et ce que cela veut.

À ma grande surprise et à mon grand soulagement, Patricia hocha la tête en signe d'acquiescement réfléchi :

Vous avez raison de vous en inquiéter, dit-elle, une fois, j'ai laissé une entité très perturbatrice entrer dans ma vie et cela a créé plus de problèmes que vous ne l'imaginez. Ma thérapeute remua sur sa chaise, décroisa ses jambes et plaça ses deux pieds bien à plat sur le sol.

— Si vous l'acceptez, j'aimerais consulter certains êtres qui peuvent évaluer la situation. Je les appelle par des noms différents, mais pour résumer, ils agissent comme des gardiens de la loi universelle. Pour cela, je crée un cercle d'énergie autour de nous afin que nous soyons protégées, j'invite ces êtres de lumière dans le cercle et s'ils sentent que ce qui vous hante ne présente aucun danger, ils peuvent aussi faire venir cette entité. »

« Bien sûr » ai-je répondu, ne sachant pas à quoi m'attendre. Allait-elle commencer à chanter ou à faire résonner des hochets, fermer les stores et allumer treize bougies, mettre une cape mauve et remuer une baguette dans tous les sens ? Je n'en avais aucune idée. Le docteur Hursh prit simplement une profonde respiration et ferma les yeux. Par les portes-fenêtres de son bureau, je voyais un ciel parfaitement bleu. Les oiseaux chantaient et le soleil était presque aveuglant lorsqu'il se reflétait sur les feuilles brillantes d'une immense haie fleurie qui entourait le jardin. Patricia créa un cercle d'énergie que je ne pouvais ni voir ni sentir, simplement en formulant son intention de le faire. J'étais frappée de voir combien ce processus semblait ordinaire. Elle s'adressa à ses guides sur un ton respectueux et pourtant neutre, hochant la tête comme si elle était engagée avec eux dans une conversation et leur demandant de temps en temps des clarifications. Puis, elle ouvrit les yeux et m'informa que mon fantôme acceptait de se conformer aux règles de conduite et n'avait aucune intention malveillante envers moi.

— Comment vous sentez-vous ? demanda-t-elle. Êtes-vous prête à appeler cette présence dans le cercle ?

— J'ai très froid, tout d'un coup, dis-je, à part cela, je suis bien. Par tous les moyens, faites-le venir ici.

Patricia me proposa un gilet qui se trouvait sur son divan et commença par demander à ce qui me hantait d'entrer dans le cercle. Puis elle se mit à rire comme si les esprits étaient en train de lui raconter des histoires drôles ou de lui faire des gestes lubriques.

— Je suis désolée, dit-elle en continuant à rire. Ils se moquent de moi parce que j'ai commencé à les dénombrer. J'étais déjà arrivée à vingt et j'ai compris qu'ils étaient bien trop nombreux pour un vrai recensement.

Il n'était pas étonnant que l'air soit si épais. S'adressant à toute cette légion, Patricia leur demanda de choisir un seul représentant qui pourrait parler au nom de tout le groupe.

— Ah, soupira-t-elle. Un bel esprit féminin. Merveilleux... C'est vraiment un plaisir de faire votre connaissance.

Puis en se tournant vers moi, Patricia m'expliqua que j'étais libre de poser toutes les questions que je désirais.

Je ne savais pas par quoi commencer. Pendant un moment, je bégayais à propos de différents sujets, exprimant mon désir de découvrir qui ils étaient, d'où ils venaient et ce qu'ils attendaient de moi. Mon interprète entre ces deux mondes exprima ses requêtes de manière plus cohérente et commença à paraître troublée. « Ils ne semblent pas venir d'un endroit proche d'ici », me dit-elle après un moment de questionnement silencieux. « Je ne reconnais pas du tout l'endroit. »

— Demandez-leur si leur terre natale est une région appelée aujourd'hui Ukraine, une région de prairies située le long de la mer Noire, suggérai-je.

— Oui, s'exclama-t-elle, c'est cela ; très bien. Elle ouvrit les yeux puis m'expliqua de quelle manière je devais, à partir de maintenant, participer à la conversation. Posez une question et regardez si une réponse vous vient, d'une manière ou d'une autre. Je serai là pour valider, pour nous assurer que nous recevons toutes les deux la même information.

Je n'étais pas assurée de ce qui pouvait arriver. Est-ce que j'entendrai une voix ou verrai la silhouette d'une femme flottant dans l'espace ? Au début, il n'y avait que du silence puis j'ai capté quelques mots qui semblaient proches de la syntaxe de mes propres pensées. Patricia confirma que ces phrases n'étaient pas justes et qu'elles étaient en fait l'expression de simples désirs. Après quelques faux départs, je fermais les yeux et commençais à voir effectivement des images assez floues et monochromes en réponse à mes demandes d'information. Bien qu'elle validât ce que je décrivais, Patricia ne semblait pas comprendre mieux que moi ce qui était transmis.

Lorsque je demandais qui étaient ces esprits, je vis apparaître un dessin, semblable à ceux que faisait Escher, composé de nombreuses têtes de cheval qui s'imbriquaient. « Dois-je vous appeler le Peuple du Cheval ? » ai-je demandé. Patricia m'indiqua que non, cela ne semblait pas être vraiment ce qu'ils disaient. Puis alors, je me rappelais du rêve que j'avais eu à propos de Noche. Était-ce un message des esprits ? Oui, c'était bien cela, avons-nous conclu toutes les deux. Quelle était la signification de la phrase « Combien de temps as-tu tenu ? » Après ma question, il y eut une image très précise d'une fenêtre qui s'ouvrait pour révéler un espace infini.

« Je crois qu'ils disent que cette question est destinée à m'ouvrir à une nouvelle manière de voir » ai-je expliqué. Patricia hocha la tête en signe d'approbation. En continuant de cette manière, nous avons réussi à rassembler quelques faits. Le livre que j'écrivais était important pour leur cause, bien qu'ils n'aient pas dit de quelle cause il s'agissait.

Cependant, ils étaient certains que je parlais pour eux, afin de ressusciter leur point de vue et de le communiquer à mes contemporains. Patricia interprétait cela comme « un pacte ou un contrat » qui avait été établi entre nous. Je demandais alors « Pourquoi moi ? » Patricia m'expliqua que, de temps en temps, il existe une personne qui possède une configuration génétique et émotionnelle qui correspond à un certain état de compréhension, que c'était en partie un précepte ancestral, mais c'était tout ce qu'elle pouvait capter.

Tout le processus revenait à essayer de parler à une forme de vie étrangère qui n'est pas à même de communiquer avec le langage humain. Ces personnes proviennent vraisemblablement de certaines tribus ancestrales et leurs pensées ne peuvent pas facilement se traduire avec les concepts modernes. Lorsque j'ai demandé quelle était la meilleure manière de communiquer avec eux par la suite, j'ai clairement vu l'image de l'eau qui coule rapidement.

J'étais de plus en plus frustrée. J'ai pris un temps de pause, je me suis rendue dans la salle de bain pour passer un peu d'eau sur mon visage. Je me sentais étourdie. Lorsque je suis revenue dans la pièce, Patricia se tenait debout, dans ce qui semblait être une méditation profonde.

« Je crois que j'ai trouvé où est le problème, dit-elle. Depuis le début, nous présumons que ces entités sont humaines. Elles ne le sont pas. Ce sont des chevaux. »

Je me suis assise en état de choc. Mais bien sûr ! Je ne pouvais pas croire que je n'y avais pas pensé moi-même. Depuis le début, je supposais que je conversais avec une tribu disparue de Scythes ou de Sarmates. Au lieu de cela, d'une manière ou d'une autre, j'avais fait venir la partie équine de cette connexion ancestrale entre les deux espèces. Il était évident que les chevaux ne pensent pas avec des mots. Ils préfèrent penser en images et en ressentis.

— Bien, répondis-je, c'est parfaitement compréhensible pour moi.

— Vous avez la solution, ajouta Patricia avec un sourire fatigué.

J'avais finalement compris ce qui me préoccupait et je ressentais de la gratitude envers le docteur Hursh. Nous savions cependant que mon travail ne faisait que commencer.

Je devais trouver la manière de créer un canal de communication entre les deux espèces, quelque chose qui non seulement transcende les barrières entre le monde de la mort et le monde des vivants, mais qui unit aussi mon mental humain d'orientation verbale avec celui d'un groupe profondément différent dans ses perspectives et son orientation.

Pour accomplir cela, je savais que je devais aller au-delà de l'essence du langage humain lui-même. Pourtant, je n'avais aucune idée sur la manière de procéder. Je demandais à Patricia si les esprits pouvaient me donner quelques pistes. Elle ferma les yeux encore une fois et énonça la question.

« Ah ah, » dit-elle en expirant dans la reconnaissance soudaine d'une suite d'actions évidentes. « C'est une action chamanique », avoua-t-elle tout en regardant devant elle dans l'espace, passant en revue tous les paramètres d'un cheminement à peine identifiable qu'elle savait que je devais parcourir seule. Son dernier conseil se résuma par ce message vague mais cependant emphatique : « Vous devez devenir un cheval. »

## SUR LA PISTE DES ANCÊTRES CHEVAUX

C'est comme si j'étais entrée dans un espace flou, et je me demandais si Patricia était aussi insensée que moi. Pourtant, la présence sans forme qui était au-dessus de mon épaule refusait de se laisser expliquer. En fait, chaque fois que j'essayais d'interpréter la sensation en terme psychologique ou mythologique, la pression ne faisait que s'accroître. Je n'avais pas d'autre choix que de m'arranger avec cette force comme si elle existait réellement, espérant en même temps que je trouverais quelque but rationnel derrière ce phénomène irrationnel.

Les Ancêtres Chevaux, comme j'avais fini par les appeler, apportaient vraiment quelques bienfaits. Au début, ils communiquaient par des images monochromes qui apparaissaient lorsque je fermais les yeux. Ce que je voyais ressemblait au négatif d'un film documentaire. Et le sujet était toujours les chevaux. Je pouvais poser des questions d'ordre général sur les espèces ou des questions plus spécifiques sur des problèmes que je rencontrais lors des entraînements.

Un jeune cheval fougueux de deux ans que j'avais loué pour l'entraînement avait des difficultés pour apprendre à évoluer en cercle au bout d'une longe. La longe est un instrument intéressant pour apprendre les commandements à la voix, pour corriger les allures et les autres mouvements contrôlés. C'est aussi un moyen sûr pour habituer un jeune cheval aux sensations d'un harnachement qui bouge contre son corps avant d'y adjoindre un cavalier. L'entraîneur se place au milieu du manège avec une longe de huit à dix mètres attachée au licol du cheval alors que l'animal se déplace, à la commande, autour de lui au pas, au trot ou au galop. Ce jeune hongre parcourait la moitié du cercle, résistait à la tension de la corde puis commençait à se cabrer et à se comporter comme un fou. Je n'avais encore jamais rencontré un cheval qui ne puisse comprendre le principe après une ou deux séances, mais le poulain devenait dangereux dans sa résistance au processus.

Frustrée, je pris un moment de repos, fermai les yeux et demandai de l'aide aux Ancêtres Chevaux. L'image d'une jument m'apparut. Elle m'observa un moment comme pour prendre en compte ma question puis elle se mit à agiter la tête et le cou d'avant en arrière et sur les côtés. Son comportement me troubla quelques instants avant que je le comprenne. Ce poulain tendait son cou. Il ne comprenait pas comment se courber et aller de l'avant en même temps ; il ne savait qu'aller de l'avant, tourner et repartir dans l'autre direction. Donc, lorsqu'il avait accompli la moitié du cercle, la tension de la corde était interprétée comme un signal d'arrêt, puis il était en pleine confusion parce que je continuais à lui indiquer d'avancer avec des gestes de plus en plus vifs. Il était en colère après moi parce que je lui demandais en même temps d'arrêter et d'avancer, et il se cabrait en réponse à ma demande irrecevable. Au moment où cette conclusion s'installa dans mon esprit, la jument cessa son mouvement, inclina sa tête devant moi et s'en alla.

Je laissais la longe de côté pendant quelques jours et je m'occupais à détendre les muscles du cou de ce poulain grâce à quelques techniques de massage. Je lui apprenais aussi à s'habituer à la sensation de se tourner et d'avancer vers l'avant en marchant à côté de lui avec une main sur son licol en tirant doucement sa tête et son cou vers le centre du cercle. L'autre main, et je peux dire presque tout le poids de mon corps au début, poussait fermement au niveau de son épaule afin qu'il continue d'avancer. De cette manière, il commença à comprendre que différentes parties de son anatomie pouvaient bouger indépendamment les unes des autres pour obtenir des résultats variés.

Lorsque nous sommes revenus à l'utilisation de la longe, il ne cessa de se montrer impatient d'apprendre de nouveaux mouvements, et il trottait en cercle comme si c'était la chose la plus simple au monde.

Chaque fois que je recourais au contact avec les Ancêtres Chevaux pour des conseils, c'était vraiment comme si je me connectais directement à une forme de conscience équine. Je recevais rarement des mots en association avec les images et je ne comprenais pas toujours les messages qui se trouvaient derrière ce que je voyais, parce que l'image m'était trop étrangère. En de rares occasions, lorsque l'image se transformait en son, les mots et les syntaxes étaient habituellement si étranges que j'avais encore beaucoup de difficulté à en saisir la signification. Avec le temps, ces éclaircs intuitifs se sont toujours montrés justes. Une fois, j'ai eu le courage de consulter les Ancêtres Chevaux en présence d'un cow-boy ayant l'esprit ouvert et qui avait des problèmes avec son cheval de rodéo. Ce cavalier professionnel avait eu une relation longue et riche avec cette jument quarter horse grise lorsqu'elle devint soudainement indocile sans raison apparente. Lorsque j'ai demandé un conseil aux Ancêtres, un seul cheval apparut, se cabrant et piaffant d'agitation, puis l'image disparut avec cette phrase : « Plus de larcin. »

Le mot « larcin » avait été très clair mais le cow-boy et moi-même assumions que les Ancêtres avaient voulu dire « lasso. » Cet homme avait déjà songé à se retirer du circuit et il semblait rassuré que son cheval refuse qu'il continue



à participer aux rodéos avec captures de bouvillons. Toutefois, deux mois plus tard, j'ai appris que ce cow-boy avait été arrêté. Afin de s'approvisionner en cocaïne, il achetait des chevaux à crédit puis il partait les revendre dans un autre état sans régler son dû. Le mot « larcin » était bien celui qui convenait dans cet environnement particulier.

Avec le temps et une confiance grandissante, les Ancêtres Chevaux se sont révélés être un avantage, comme si une puce électronique implantée dans mon cerveau contenait un vaste savoir encyclopédique issu directement des chevaux. Au cours d'une méditation particulièrement intense, la voix me transmet, à mon grand soulagement, que je ne devais pas m'occuper forcément que d'une harde de chevaux désincarnés d'une tribu ukrainienne disparue. Cette force invisible était, selon ses mots à « elle », la sagesse qui engendre la forme du cheval. À ce titre, ce que j'expérimentais en tant qu'Ancêtres Chevaux était un champ de potentialités qui contenait tous les chevaux ayant vécu et tous ceux qui n'étaient pas encore nés. C'était le schéma directeur des espèces dans toutes ses variations physiques, mentales, émotionnelles et spirituelles. Ce qui continuait à me dérouter, c'était le fait que ce schéma directeur semblait disposer d'un programme et qu'il était assez contrarié par la manière dont les espèces, dans leur ensemble, avaient été traitées au cours des derniers millénaires.

Bien plus tard, j'ai découvert que mes interactions avec la Voix du Souvenir et les Ancêtres Chevaux possédaient un parallèle scientifique dans le travail de Rupert Sheldrake, dont les théories controversées impliquent ce qu'il appelle les champs morphogénétiques (du grec morpho, la forme, et genesis, l'origine). Dans son livre, La Présence du passé, Sheldrake écrit que la nature des choses dépend de la mémoire collective de chaque espèce qui influence la forme des organismes vivants : « Chaque type de système naturel possède son propre type de champ : il existe le champ de l'insuline, le champ du hêtre, le champ de l'hirondelle, et ainsi de suite. De tels champs modèlent les différents types d'atomes, de molécules, d'organismes vivants, de sociétés, de coutumes et d'habitudes mentales. Les champs morphiques, comme les champs connus de la physique, sont des régions d'influence non matérielles qui s'étendent dans l'espace et dans le continuum du temps... Lorsqu'ils apparaissent, ils contiennent en eux-mêmes une mémoire de leurs existences physiques précédentes. »

Cette théorie suggère que lorsque nous mourons, nos points de vue et nos idées ne meurent pas avec notre corps physique. Au contraire, ils sont retenus par le champ morphogénétique humain. La Voix du Souvenir était-elle mon contact avec cet aspect du champ représentant la sagesse trop longtemps réprimée des tribus ancestrales qui avaient des liens avec les chevaux ? Les recherches de Sheldrake suggèrent que le passé, d'une certaine manière, peut se présenter à nous directement. Il se peut que notre mémoire ne soit pas emmagasinée dans notre cerveau, comme nous le supposons généralement. « Les systèmes naturels, tels que les colonies de termites, les pigeons ou les orchidées, héritent de la mémoire collective de tout ce qui a constitué leur monde, quelle que soit la distance qui les sépare dans le temps ou dans l'espace. » Alors que dire des Ancêtres Chevaux ? Selon les termes de Sheldrake, il semblerait que je me sois connectée au champ morphogénétique des chevaux, ce qui suggère que les champs morphogénétiques des différentes espèces peuvent s'influencer et se transmettre des informations entre elles. D'après les informations sur les tribus ancestrales qui avaient des liens avec les chevaux, je pense que les champs morphogénétiques des chevaux et des humains ont été pleinement interactifs dans un passé lointain et continuent à s'influencer mutuellement. Ceci pourrait expliquer la fascination que les humains continuent à avoir pour les chevaux, même ceux qui n'ont jamais pratiqué l'équitation. Les mémoires collectives des humains et des chevaux s'entrecroisent encore de manière intime et profondément émotionnelle, même si les schémas de pensées et le style de vie des êtres humains contemporains s'évertuent à séparer les personnes des rythmes du monde naturel et de ses créatures.

Lorsque, pour la première fois, j'ai fait face à ces forces étranges, je n'avais pas encore entendu parler de Sheldrake et de sa théorie des champs. Ma seule alternative était de me plonger encore plus profondément dans l'expérience. Alors que les Ancêtres continuaient à m'enseigner à voir et à penser comme un cheval, je comprenais que le problème essentiel des cavaliers provenait du fait que la réaction naturelle d'un cheval à un stimulus est bien souvent à l'opposé de la manière dont les êtres humains sont conditionnés à répondre. La clé était le conditionnement.

Je savais, grâce aux coutumes des tribus ancestrales qui avaient des liens avec les chevaux, que les êtres humains étaient pleinement capables de fusionner le comportement équin avec leurs structures sociales et religieuses. En reconnaissant que le système de croyance d'une personne a un impact profond sur son comportement, je recherchais les traditions religieuses et spirituelles qui existaient encore de nos jours et qui se rapprochaient le plus de mes expériences avec la « philosophie » équine. Presque toutes les religions majeures favorisent certains aspects de la connaissance équine. Cependant, le taoïsme et le chamanisme étaient celles qui possédaient le plus de parallèles.

Comme le chercheur Michael Harner le définit, « le Chamanisme est une manière structurée de recevoir des connaissances et de l'aide, basée sur les prémices que nous ne devons pas nous restreindre à travailler dans une seule réalité, une seule dimension, lorsque nous avons besoin d'assistance. » En observant des tribus aussi éloignées géographiquement que les Huichols du Mexique et les Even de Sibérie, j'ai remarqué que beaucoup de cultures recevaient l'assistance régulière d'une force archétypale ayant la forme d'un cerf, un animal-proie similaire par le comportement et la représentation symbolique au cheval. La tribu Yaqui, vivant actuellement au sud de l'Arizona, combine cette branche du chamanisme avec le christianisme, et les hommes de la tribu exécutent la danse ancestrale du daim sacré au cours de leurs rites de Pâques.

Mes interactions avec les Ancêtres Chevaux étaient remarquablement similaires aux expériences que certaines de ces cultures indigènes rapportaient avoir avec leur esprit du cerf. Qui plus est, les techniques étranges et ritualistes que j'ai utilisées au début pour renforcer ma connexion avec les Ancêtres Chevaux se sont avérées être des illustrations concrètes du chamanisme, bien que je ne me sois jamais sentie attirée à étudier auprès de sorciers ou à pratiquer des rites traditionnels appartenant à différentes cultures. C'était l'expérience elle-même qui dictait mes actions. Pendant mon enfance, j'avais utilisé le langage corporel que j'avais appris de mes amis équins pour entraîner un daim sauvage à me suivre jusque chez moi. J'ai lu que Monty Roberts a utilisé des procédés similaires pour tisser des relations avec des daims sauvages dans son ranch de Californie. C'est alors que j'ai pris conscience qu'il ne s'agissait pas seulement de la sagesse du cheval mais de la sagesse des proies.

Mais pour quelle raison ? J'ai retrouvé des éléments dans la vie du Christ, du Bouddha et de nombreux maîtres qui ont donné naissance au taoïsme, philosophie qui marie les visions extatiques du chaman à la réflexion avisée du sage. Le chamanisme me confortait parce qu'il incluait les mystères des rencontres avec les autres mondes dans sa recherche des moyens d'induire ces expériences numineuses pour des raisons pratiques. Les sorciers du passé avaient accès au monde de l'invisible pour soigner les malades ou pour repérer le troupeau de buffles le plus proche. Je m'impliquais dans ce comportement chamanique simplement pour résoudre des problèmes avec des chevaux indisciplinés.

Pourtant, cela ne me suffisait pas ; je voulais savoir pourquoi et comment ces choses étaient possibles. Puis j'ai connu l'alchimie taoïste la plus humble, une philosophie qui est capable d'expliquer les mécanismes par lesquels j'expérimentais la Voix du Souvenir, les Ancêtres Chevaux et tous ces rêves à propos de Rasa, rêves apparemment prémonitoires. Avec le temps, j'ai compris que la vision taoïste de la réalité inclut les champs morphogénétiques de Sheldrake, la description des états « non localisés » de la conscience de Larry Dossey et la théorie de E. Richard Sorenson qui divise la conscience humaine entre « préconquête » et « post-conquête ».

En même temps, le taoïsme propose le seul système de pensée, ancien ou moderne, qui met en valeur et définit une forme féminine de la sagesse qui coïncide avec le comportement des chevaux et des autres animaux chassés. Cette combinaison de la philosophie et de la science renforçait ma propre expérience sur les niveaux multiples de la compréhension en me montrant que des événements apparemment surnaturels sont simplement des processus naturels que le paradigme habituel ne reconnaît pas. Je m'appropriais alors à étendre ces paradigmes dans le domaine de l'entraînement équestre, et même au-delà.

## CHAPITRE IV

### L'ESPRIT DERRIÈRE LA MATIÈRE

Avec ses rues sans fin et ses quartiers qui dévorent le désert environnant, Tucson n'est plus, même avec beaucoup d'imagination, l'Ouest sauvage. Elle a pourtant un charme qui la sauve : un réseau complexe de lits de rivières asséchées qui dessine des méandres depuis le pied des collines et qui traverse la ville comme s'il s'agissait des propres veines de la nature qui revendique sa survie. La plupart du temps, ces passages serpentants et pleins d'arbustes, de buissons de créosote et de cactus sont secs, offrant refuge à une population vivace de coyotes, pécaries, lézards, tarentules et crotales. Cependant, durant la mousson de la fin de l'été, vous pouvez prédire l'intensité de l'orage qui s'approche par la rapidité avec laquelle l'eau monte dans le lit principal près de chez vous alors que le soleil brille encore.

Pour beaucoup de cavaliers amateurs de Tucson, ces lits asséchés restent les derniers vestiges d'un désert sans limite qui permettent des chevauchées assez longues pour justifier l'utilité des sacoches de selle. Parfois, il est réconfortant de savoir que lorsque la civilisation devient trop insupportable, je peux seller mon cheval et, sans croiser de grandes routes, partir vers les collines, pour éventuellement disparaître. Cela faisait deux ans que je parlais ainsi, en prenant soin de limiter la plupart de mes excursions dans ces passages à un rayon de dix kilomètres autour de chez moi. Par hasard, j'ai découvert l'Oasis de Timothy Graham, le petit ranch du gentleman où j'ai rencontré la rose lavande. Niché dans un bosquet, ce petit coin de paradis au beau milieu du désert qui faisait à peine cinq hectares permettait un accès instantané à un vaste dédale de lits de rivières asséchées et de terres désertiques à quelques minutes de chez moi. C'est là que j'ai aiguisé ma témérité en me lançant dans une quête non conventionnelle sur les relations entre les chevaux et les humains. En me voyant transporter tous mes chevaux dans un lieu qui était mieux adapté à l'entraînement et à l'apprentissage, les personnes qui vivaient autour de ce petit ranch assez isolé n'étaient pas vraiment convaincues de ma santé mentale.

Mes activités semblaient assez simples au premier abord. Je sellais Rasa, prenais des provisions pour la journée et on ne nous voyait plus avant la tombée de la nuit, et quelquefois même bien après lors des nuits de pleine lune. Ensemble, nous partions explorer des régions isolées du désert, mais ce n'était pas la monte qui m'intéressait. Après tout le temps passé à marcher près de Rasa pendant sa période de convalescence, j'ai découvert que je préférais souvent marcher près d'elle, même lorsqu'elle ne montrait plus aucun signe de claudication. Le fait qu'elle puisse porter l'eau et la nourriture pour chacune de nous, deux canettes de bière, une couverture et de quoi écrire, la rendait déjà intéressante. Mais, pour nous deux, il importait davantage de trouver un petit coin ombragé et herbeux que de parcourir des kilomètres sur des pistes.

Quelque chose en moi se transforma durant ces après-midi de flânerie. Le cheval noir et moi-même avons commencé à bouger et respirer de manière synchrone, cheminant au travers des forêts étouffantes de cactus, des lits de rivières asséchées et des bosquets d'arbustes au sol couvert d'herbe. Nous avançons par la vertu d'un processus de décisions communes, alternatives et fluctuantes, une sorte de pouvoir partagé mieux décrit par le sens profond du mot consensus, « sentir ensemble. » Un jour, ce mode de perception pleinement incarné et double devint quelque chose d'encore plus intime.

Nous nous promenions sur un terrain parsemé de broussailles, de palo verde et de cactus vert. Rasa se déplaçait nonchalamment autour de moi, le nez au raz du sol, reniflant de vieux morceaux de bois, des restes de crottes de coyotes et des touffes de fleurs sauvages desséchées. Lorsqu'elle découvrit un espace d'herbe assez grand, je n'eus rien d'autre à faire que de m'adosser contre un rocher et attendre qu'elle en ait dévoré chaque brin. Distraitement, je cueillis une fleur de créosote et la portai à mes narines. Les arbustes se balançaient au rythme des vagues de chaleur. La montagne Catalina se dessinait au-delà de la vallée, à plus de quatre heures de marche de là. Mes pensées s'amplifiaient jusqu'à remplir cette distance, pour finalement disparaître complètement.

Alors, du coin de l'œil, je remarquai que le cheval noir me fixait avec une expression perplexe, quand une série de notions véritablement non-humaines commença à filtrer dans mon mental. C'était presque comme si je voyais au travers des yeux de Rasa. Aucune voix ne résonnait dans ma tête, aucune vision ne s'affichait sur une suite de mots. Cela ressemblait davantage à une explosion de perceptions subtiles qui se dissipait en un chuchotement. La vue, l'ouïe, l'odorat et le toucher semblaient se mélanger et devenir interchangeables. Je pris alors une profonde respiration. Les sensations qui circulaient dans mes veines emplissaient mon cerveau et étaient expirées en pensées conscientes. Je compris alors pour quelle raison Rasa était si perplexe. Après avoir passé tant d'années à cheminer ensemble, de tant de manières, le cheval noir avait finalement compris que j'étais handicapée.

Ce n'était pas parce qu'elle se sentait affligée pour moi. Elle comprenait simplement que nous étions différentes dans des proportions qui lui donnaient certains avantages dans la vie et elle mesurait de quelle manière je m'étais adaptée à ce défi. Mon nez, qui selon les standards humains est assez généreux, paraissait complètement insignifiant pour le cheval noir. Cela semblait être la racine de tous mes problèmes. Le fait que mon cou n'était pas beaucoup plus qu'un piédestal pour ma tête empirait la situation, tout comme le positionnement de mes oreilles qui étaient petites et immobiles, ou mes yeux, qui ne pouvaient prêter attention qu'à ce qui se trouvait juste devant eux.

Cette jument curieuse s'éloigna de son herbe pour venir me lécher la main, faisant se toucher nos nez et frottant sa douce bouche contre ma joue. Une fois encore, je fus envahie par un flot d'images sensorielles. Je n'avais jamais remarqué le plaisir et la satisfaction que les chevaux retirent du fait de toucher, goûter et sentir simultanément. Lorsque Rasa s'approchait d'un rocher intéressant ou d'un arbre étrange, elle étendait son long cou et inhalait un kaléidoscope de découvertes parfumées tout en frottant son nez, et même sa langue quelquefois, contre l'objet. Au même instant, ses oreilles bougeaient indépendamment, comme des petits radars qui inspectent leur environnement pour surveiller tout signe de danger.

Du point de vue que nous partagions en ce moment crucial, il semblait que mes sabots antérieurs s'étaient transformés en appendices flexibles destinés à ramasser des choses et à les porter à mon nez. Pour Rasa, c'était ma particularité la plus remarquable, bien que cela aurait été encore mieux si mes doigts avaient quelque capacité olfactive, car mon sens de l'odorat était loin d'être aussi raffiné que le sien, quelle que soit la distance qui me séparait de l'objet de mes investigations. Avec mes jambes antérieures qui se déplaçaient sans cesse dans les airs, amenant les objets vers mon visage et les transportant de-ci de-là, j'avais surtout renoncé à un autre sens qu'elle jugeait utile. Tabula Rasa sait que quelque chose se passe bien avant qu'elle puisse en voir ou en sentir les spécificités. Des poches d'air dans ses sabots amplifient les vibrations qui se transmettent au sol. Un visiteur inattendu a du mal à conserver son invisibilité pour celui qui possède de tels amplificateurs dans ses pieds.

Les yeux d'un cheval sont vraiment surprenants. Placés sur les côtés de sa tête, ils sont plus grands que ceux d'un éléphant ou d'une baleine, et deux fois plus grands que les miens. Dans certaines positions, Rasa peut voir les 340 des 360 degrés de son environnement, avec seulement deux petites zones aveugles, l'une en plein devant et l'autre directement derrière. Bien entendu, cela signifie que les choses apparaissent assez plates pour elle, et de temps en temps, il peut même lui arriver de se taper le nez dans quelque chose situé juste devant elle. Mais si elle est concentrée, elle peut construire une vision en trois dimensions en plaçant son nez perpendiculairement au sol et en dirigeant son regard vers l'avant.

Durant le restant de l'après-midi, j'oscillais entre le point de vue de Rasa et le mien. J'ai dû passer plus de dix minutes à observer mes mains et à m'émerveiller de leur étrange construction. Lorsque nous avons repris le chemin du retour, je ne pouvais m'empêcher de me demander si nos appendices extraordinairement habiles constituaient une innovation ou simplement une superbe compensation accordée à l'ensemble d'une espèce d'érudits imbéciles. Le résultat fait que je suis limitée à me déplacer sur deux jambes et cela implique que soit Rasa me porte sur son dos soit elle me laisse sur place lorsque la fuite est nécessaire. Il est évident que je ne peux pas entendre ou sentir aussi bien qu'elle, mais il est difficile d'imaginer simplement tout ce que je manque. C'est donc la capacité que Rasa possède de voir de deux manières complètement différentes qui m'impressionne le plus.

La vision humaine est très bonne pour se concentrer sur un objet spécifique et elle est utile pour analyser toutes les choses que nous aimons faire avec nos mains, comme les microscopes, les stylos, les machines à écrire et les ordinateurs qui nous permettent de transcrire nos observations en mots pour les partager avec des personnes que nous ne rencontrerons peut-être jamais. Mais ceci est une compensation. Je ne peux voir que droit devant moi et, alors que je peux le faire plus clairement que Rasa, il serait utile de pouvoir passer à la superbe vision élargie qu'elle possède lorsque je suis à l'extérieur. En traversant un pâturage en présence de trois ou quatre chevaux fringants dans la fraîcheur d'un premier jour d'automne, je dois sans cesse tourner ma tête d'un côté à l'autre, pour m'assurer qu'aucun d'entre eux ne galope vers moi, tout en espérant que durant ces coups d'œil rapides vers l'arrière, je ne vais pas mettre un pied dans un trou ou bien heurter un obstacle. Et quelle femme n'a jamais connu la sensation en marchant dans une rue déserte de souhaiter voir à qui appartenaient les pas assourdis qui la suivaient ?

Selon les standards équins, les humains traversent leur vie pratiquement inconscients de leur environnement, leur cerveau « transpirant » de panique alors qu'ils détaillent des fragments d'information dans une lutte constante pour remplir les immenses espaces vacants dans leurs perceptions. Et encore, ce simple processus les distrait davantage car, alors qu'ils dissèquent, classifient et réfléchissent aux détails d'une observation, ils ratent tout ce qui continue à se dérouler autour d'eux. Ces sens deviennent encore plus obtus pour les habitants des villes qui se coupent du monde naturel, s'appuyant sur des gadgets, des habitudes ou des informations de seconde main pour leur dire de quelle manière répondre à chaque situation, aussi longtemps que cela reste dans un contexte urbain. Un jour, Steve et moi avons amené un musicien et sa femme visiter un site sacré si éloigné des sentiers battus qu'il ne restait aucune indication pour distinguer le chemin. Lorsque nous sommes arrivés sur le site, la femme du musicien, qui était née et avait été élevée à New York, a littéralement perdu tout contrôle en présence de ces espaces si vastes. Elle refusa de s'aventurer à l'extérieur de l'hôtel pendant le reste de son séjour.

Le jour où je suis devenue un cheval pour quelques heures, j'ai compris très rapidement pour quelle raison les créatures à deux jambes ont besoin de tant de statisticiens et d'experts pour leur dire ce qu'elles doivent faire. La harde humaine encourage ses membres à se dissocier de leur corps, de leurs instincts et de leurs sens. Leurs enfants apprennent à réduire leur attention, à s'accrocher au passé et à se centrer sur l'avenir, perdant ainsi leur capacité à fonctionner pleinement dans le présent. Ils deviennent dépendants de figures d'autorité qui, elles-mêmes, n'excellent que dans des environnements et des situations hautement spécialisés.

Bien sûr, Tabula Rasa ne m'encouragerait jamais à changer mes manières. Le monde est trop vaste et intrigant à

chaque instant pour que mon manque apparent d'intérêt puisse la déranger. Simplement, un jour elle prit note de mon dilemme, comme si elle avait évalué la taille d'un crâne de vache qui se serait trouvé sur le bord d'un chemin.

Pourtant, lorsque je me suis vue moi-même au travers de ses yeux, j'ai commencé à être gênée par cette tendance spécifiquement humaine à vivre la vie comme une série de clichés. L'idée de faire de multiples morceaux de sensations et d'observations indirectes des structures de pensées perdait de son intérêt pour moi cet après-midi-là, et il me fallut des mois pour réconcilier mon identité d'écrivain avec les leçons apprises de mon cheval.

#### SOURCES SECRÈTES

Il existe un lac au cœur du désert. Sa surface est aussi lisse que le verre bien que ses eaux soient nourries d'un torrent de montagne qui se déverse sans fin sous sa surface. Lorsque le soleil chasse les nuages pendant des mois, les rivières se transforment en lits de poussière, les herbes sèches sifflent leur hommage au vent, les aigles planent les ailes déployées dans les colonnes d'air ascendant, et le lac reflète tout cela dans sa rêverie lumineuse qui n'a jamais connu la stagnation. C'est la source qui vit derrière les yeux du cheval noir.

Je suis heureuse de m'asseoir sur la rive et de lancer des pensées, comme des petits cailloux, dans ses profondeurs en regardant les vaguelettes se propager dans toutes les directions. Pour le cheval noir, le mental humain semble dentelé, comme si la rondeur de l'expérience avait été découpée par des lasers impitoyables et que la majeure partie avait disparu sous terre. Et pourtant, elle accueillait mes manières en dent de scie parce que, dans le miroir de son lac, elles ne sont pas moins belles que des fleurs qui s'épanouissent ou des vautours qui se lissent les plumes après un bon repas.

Extrait de Paroles du cheval noir.

Comment imaginer le mental d'un cheval et, qui plus est, le décrire ? Pour moi, cela a commencé dans le désert avec cet échange impressionnant, et avec le désir de me fondre dans la harde. Je n'observais pas du tout le comportement. J'allais plus loin en permettant à Rasa, Noche et à leurs compagnons de pâture de m'influencer au-delà des programmes et des schémas mentaux des humains. Je n'interprétais pas ce que je voyais. Cela ne m'aurait donné qu'une vue très limitée des perceptions vastes et multisensorielles que les chevaux échangeaient par une conscience empathique et partagée. Mes guides à quatre jambes m'ont menée dans un domaine qui se situe au-delà des mots, et pendant des mois entiers, je n'ai pas pu exprimer mes découvertes. J'avais suivi mes chevaux si loin dans cet espace de la connaissance silencieuse que je restais sans voix lorsqu'il s'agissait de décrire pourquoi je passais tant de « temps libre » avec eux. Pourtant, la pression créée par mon incapacité à communiquer ces compréhensions viscérales à ceux de mon espèce devenait presque insupportable. J'avais l'impression de vouloir ramener de l'eau à ma tribu rien qu'à l'aide de mes deux mains. Ce que j'aurais pu recueillir n'aurait pas été suffisant et la plus grande partie se serait écoulée entre mes doigts avant d'atteindre le campement.

Puis, un jour, ce puits profond de conscience a atteint de lui-même son point d'ébullition, ses courants remontaient depuis la base de ma colonne vertébrale, traversaient mon ventre pour se déverser dans mon cœur où ils étaient finalement aspirés par mon cerveau avec une force telle qu'une série d'éléments poétiques et étrangeté harmonisés s'est révélée d'elle-même, sans aucun effort. Ces images métaphoriques, que j'ai par la suite collectées dans Paroles du cheval noir, évoquent une réalité complexe et non verbale, connue des maîtres spirituels, et que peu d'entre nous, créatures à deux jambes, ont remarquée. Ceci, essentiellement parce que nous nous sommes laissé de plus en plus hypnotiser par les mots. J'ai compris au niveau le plus profond pourquoi Lao-Tseu débute son fameux Tao Te Ching par cet avertissement : « Le Tao qui peut être exprimé n'est pas le vrai Tao. » Pourtant, comme ce sage chinois insaisissable, je me sentais poussée à faire de mon mieux, bien que cela puisse paraître futile. Les phrases qui ont commencé à se déverser sur mon ordinateur étaient aussi vagues, paradoxales et sujettes à interprétation que celles qui s'étaient écoulées de la plume de Lao-Tseu, il y a plus de 2500 ans.

Il s'agissait alors, et ce n'était pas si simple, de trouver d'autres théories philosophiques, psychologiques et scientifiques en résonance avec ces métaphores. L'étape finale est dans les mots que vous lisez ici, en comprimant une expérience non-linéaire intuitive et somatique en pensées linéaires que nous sommes arrivés à valoriser si grandement : une manière de traiter et de communiquer les informations que la majorité des personnes considère comme la forme la plus élaborée d'intelligence sur terre. Sur de nombreux plans, cela revient à traduire en anglais des langues aussi nuancées et possédant de multiples niveaux de compréhension que le chinois ou l'araméen. Comme dans la métaphore du doigt qui pointe vers la lune, mon seul souhait est que cette discussion donne aux personnes qui travaillent et jouent avec les chevaux une impulsion pour expérimenter par elles-mêmes ce point de vue unique.

Les chercheurs sont formés à privilégier l'objectivité. On ne leur demande pas de s'impliquer dans leurs sujets ou d'être touchés par eux. Sans aucun doute, certaines personnes vont mettre de côté tout ce qui est novateur dans ce que j'ai à dire sur les chevaux lorsque j'avoue que mes théories sont basées sur tous les ressentis que j'ai en leur présence. Notre culture renie la sagesse du corps et des sens, défiant le mental et nous forçant à nous tenir dans des chaînes de production ou nous asseoir dans des compartiments face à un ordinateur et à sublimer nos besoins physiques ou émotionnels pour être au service de la logique froide et objective du consumérisme ou de la compétition.

Il n'est pas étonnant que de plus en plus de personnes reçoivent leurs sensations indirectement au travers de films, romans ou groupes de discussion sur Internet où les mots et les fantasmes trouvent un substitut sûr et stérile face aux risques et récompenses qu'apportent de véritables relations humaines. En tant qu'adultes, nous avons peur de ressentir parce que dans notre enfance nous en avons été sans cesse empêchés, et donc nous n'avons jamais appris à gérer nos émotions. Nos concepts de l'autorité humaine impliquent habituellement une répression des émotions authentiques en faveur de celles qui sont considérées comme socialement acceptables, jusqu'à ce que la pression monte et que les vrais sentiments explosent sans retenue. Nous utilisons régulièrement la nourriture, l'alcool ou les médicaments pour soumettre ces sensations indisciplinées. De cette manière, les personnes s'arrangent à repousser le jour du jugement et rejettent la responsabilité sur la dégradation inévitable produite par la dépendance plutôt que sur les messages émotionnels profondément enterrés derrière tout cela. Mes parents ont été victimes de la guerre des émotions authentiques, guerre qui a culminé vers la fin des années cinquante et le début des années soixante. Mon père a été en permanence sous Valium, et ceci jusqu'à la fin de sa vie. Ma mère a choisi de réprimer ses intuitions, ses dons et ses angoisses contenus en utilisant des substituts comme les chips et les crèmes glacées. Heureusement pour ma sœur Kathy et pour moi-même, nos parents avaient une attitude particulièrement positive envers notre créativité et tout ce qu'ils n'avaient pu approfondir pour eux-mêmes.

Un des mythes les plus puissants – et des plus préjudiciables de notre culture – véhicule la pensée que l'univers et toutes les créatures qui y participent agissent selon des lois prévisibles et automatiques. Il en résulte que cette importance excessive accordée aux validations scientifiques conduit à un certain manque d'à-propos en ce qui concerne le domaine éphémère des émotions, de l'imagination et de l'intuition. Si le phénomène ne peut pas être mesuré de manière régulière et prévisible, ou bien recréé expérimentalement, son existence est le plus souvent déniée. L'anthropomorphisme est devenu un péché mortel, non seulement dans le domaine de la science mais dans l'ensemble de la société. Nous ne pouvons nous anthropomorphiser nous-mêmes que très difficilement sans menacer le système, car le fait de reconnaître le caractère changeant des humeurs de notre corps et de notre âme représente un défi à l'idée même de pointer matin et soir et de produire à la chaîne des stratégies, des slogans, des contrats et des gadgets, comme des robots programmés pour une seule fonction. Depuis l'aube de la révolution industrielle, notre société a mis en avant le mécanomorphisme, la propension à voir tous les êtres vivants en tant que machines. Depuis Descartes, la plupart des chercheurs scientifiques ont préféré décrire l'ensemble du corps à la conscience comme un phénomène mécanique.

Dans certains groupements, on m'a accusée d'anthropomorphisme, de sentimentalité ou même d'ignorance à partir du moment où j'ai suggéré que les cavaliers et les entraîneurs ne peuvent pas être vraiment efficaces s'ils ne comprennent de quelle manière les chevaux vivent la peur et la colère, sans parler de la tristesse, de la dépression, de la joie et de l'amour. La responsable de l'entraînement d'une ferme d'élevage où j'ai appris le métier était une femme experte dans l'art classique du dressage et du saut, et pourtant, nous avons eu une discussion très animée à propos de la présence ou de l'absence d'émotions chez les chevaux. « Ce n'est que de l'instinct, disait-elle avec insistance, c'est purement un mécanisme de survie. » Elle n'était pas la seule cavalière expérimentée à tenir fermement à ce discours : les chevaux sont des machines biologiques incapables de pensées ou d'émotions véritables. Ceci est un langage pseudo-scientifique et socialement conditionné, un mythe qui nourrit l'ego humain et qui justifie toutes sortes de négligences ou d'abus. Après tout, une mécanique n'a pas d'âme, elle n'a donc rien à dire sur la manière dont elle est traitée.

Le terme anthropomorphisme n'est pas la dénomination idéale pour nous qui croyons que les chevaux, comme les autres animaux, sont des êtres émotionnels. Voici la définition du dictionnaire : « une interprétation de ce qui n'est pas humain ou personnel en des termes ayant des caractéristiques humaines ou personnelles », c'est un mot issu du mot grec signifiant « ayant une forme humaine ». Un terme beaucoup plus précis est « anthropopatisme » qui fait référence à l'attribution de ressentis humains à quelque chose de non-humain. Et puisque nous étudions ce sujet, observons le mot instinct, qui n'est pas du tout à l'opposé du ressenti. Selon l'ensemble des définitions, en premier lieu, c'est une attitude, capacité ou impulsion naturelle ou inhérente. En second lieu, cela représente une tendance, essentiellement transmissible et inaltérable, d'un organisme à apporter une réponse complexe et spécifique à des stimuli environnementaux sans y impliquer le raisonnement et dans le but d'éliminer des tensions somatiques. C'est aussi un comportement qui est obtenu par des réactions qui ne sont pas conscientes. Selon ces définitions, il est évident que les émotions sont restées essentiellement un phénomène instinctif dans notre culture. L'argument qui affirme que les chevaux ressentent ces sensations à un niveau qui n'est pas conscient ne les rend pas plus primitifs que les êtres humains. Bien souvent, les humains nient ou subliment leurs ressentis, les gardant bien en dessous du niveau de conscience jusqu'à ce que les tensions somatiques deviennent si puissantes que les émotions envahissent la raison et arrivent à s'exprimer, de manière souvent violente ou autodestructrice.

Dans son livre, *Les Archétypes et l'inconscient collectif*, Carl Jung se réfère à l'eau comme étant le symbole le plus familier de l'inconscient. Le fait que l'eau est si fréquemment associée aux émotions dans de nombreuses mythologies de par le monde indique bien le fait que le ressenti a été reconnu, depuis la nuit des temps, comme un phénomène situé en dessous de la conscience chez l'être humain. Pour le mental conscient, que Jung caractérise comme « un effet du cerveau, qui voit toute chose de manière séparée et isolée », les sentiments nous ramènent dans le royaume instinctuel que, dans notre orgueil, nous croyons situé en dessous de nous. Le mental conscient connaît l'esprit « uniquement comme quelque chose à rechercher dans l'élévation. « L'esprit » semble toujours venir d'en haut, alors que tout ce qui est sordide et sans valeur provient d'en dessous. » Pourtant, les expériences cliniques décrites par Jung, Freud et tous les analystes majeurs du xx e siècle ont montré cette obsession avec tout



ce qui est lumineux et aérien comme une forme de fuite, « un refuge pour toutes ces âmes timorées qui ne veulent en rien changer. » Le monde de la psychothérapie dans son ensemble reconnaît qu'une descente au plus profond des émotions, tout autant que dans l'inconscient personnel et collectif, précède toujours l'ascension vers une plus grande conscience, une transcendance et un changement durable. Mon vagabondage dans les territoires de la connaissance silencieuse m'a enseigné que l'eau est une métaphore pour les processus psychologiques qui sont capables de refléter les vastes perceptions non linéaires de toutes ces choses, bonnes et mauvaises, créatrices ou destructrices, qui ne sont pas encore devenues conscientes.

Avec justesse, Jung décrit les implications de cette sagesse aquatique lorsqu'il relate le voyage de l'âme : « Quiconque regarde dans le miroir de l'eau verra d'abord son propre visage. Le miroir ne flatte pas, il montre fidèlement celui qui regarde en lui ; c'est-à-dire le visage que nous ne montrons jamais au monde parce que nous le couvrons de persona, le masque de l'acteur. Mais le miroir va au-delà du masque et révèle le visage véritable. Cette confrontation représente la première épreuve de courage sur le chemin intérieur, un test suffisant pour effrayer la plupart des personnes, car la rencontre avec nous-même fait partie des choses les plus désagréables, et nous pouvons l'éviter aussi longtemps que nous pouvons projeter tout le négatif sur l'environnement. Mais si nous sommes capables de regarder notre propre ombre et que nous pouvons supporter de la connaître, alors une petite part du problème est déjà résolue. »

Chaque cheval que j'ai connu a été un miroir pour moi. Dès que j'ai eu à poser les yeux sur Nakia, j'ai senti un contact avec elle, comme si nous résonnions de la même vérité silencieuse, alors que je n'étais pas préparée au message qui se trouvait derrière notre affinité. D'une certaine manière, cette majestueuse jument pur-sang était capable de refléter une série de problèmes non résolus, d'émotions réprimées et d'attitudes inconscientes que je n'avais pas encore exorcisés.

Bien que Nakia et moi-même refusions de nous soumettre complètement à la répression démoralisante que nous avions vécue, les blessures psychologiques se sont révélées par des excentricités comportementales et des emportements autodestructeurs qui défiaient un système que nous nous sentions incapables de changer. Elle a été retenue captive par une espèce qui voyait en elle une possession, une bête de somme, une machine biologique qui perdait toute valeur si elle était brisée. Élevée dans une culture qui valorise le comportement prédateur et les méthodes vigoureuses et coercitives pour maintenir un pouvoir sur les autres, j'étais prisonnière de mon incapacité à imaginer une meilleure manière d'être, j'avais été victime des efforts d'un homme à me contrôler par l'intimidation et la critique. Pourtant, lorsque les flagorneries et la subornation échouaient, je ne savais pas comment obtenir la coopération de mon cheval sans la force et la contrainte.

Nakia et moi voulions que les choses soient différentes mais nos intentions les meilleures étaient endiguées par la tyrannie de nos vieilles habitudes. Tabula Rasa représentait un nouveau départ, c'était un poulain innocent n'ayant aucun bagage ou traumatisme passé qui pouvait troubler notre relation. Il ne lui fallut pas très longtemps pour qu'elle me montre à quel point j'étais handicapée dans cet univers, non seulement dans ma conscience sensorielle mais dans la manière avec laquelle je restais aveugle de sa nature véritable, et ceci bien après avoir pensé que j'avais évolué. Même avec cet éclairage douloureux apporté par Nakia, je continuais à voir Rasa à travers le voile du conditionnement humain qui me disait que les chevaux étaient des formes de vie inférieures, intellectuellement et émotionnellement immatures en comparaison de leurs bienfaiteurs à deux jambes. Au début, je ne pouvais la comprendre que de façon superficielle.

Pourtant, il n'y avait aucun jugement. Dans son équanimité suprême, le lac qui se trouvait derrière les yeux de ce cheval noir contenait les eaux apaisantes de la transformation, sa vision fluide embrassait les fleurs sauvages, les vautours qui se lissaient les plumes et mon propre processus de pensées en dents de scie qui s'apitoyait sur lui-même. Le lac de printemps ne faisait que refléter ce qui était, m'offrant ainsi une oasis de paix et de clarté dans laquelle ma conscience pouvait s'étendre. À l'instant précis où mon comportement commença à changer, la réflexion me montra la personne plus sensible, empathique et créative que j'étais devenue, sans attachement au passé ni projection dans le futur. Le fait d'entrer dans cette réalité raffinée partagée par les chevaux s'apparentait à trouver un point d'eau dans le désert.

#### VIBRATIONS SYMPATHIQUES

L'été est stressant à Tucson. Lorsque le soleil brille de tout son éclat et qu'il repousse les nuages pendant des mois, les ocotils perdent leurs feuilles, les herbes sèches menacent de prendre feu, et même des cactus flétrissent. Les créatures à deux jambes, tout comme celles à quatre jambes, se réjouissent lorsque le soleil se couche.

Dans un environnement à ce point extrême, la lumière comme métaphore pour la conscience prend une dimension complètement nouvelle. Les habitants du désert survivent grâce à ce mantra instinctif, « À l'ombre, à l'ombre », et ils passent au moins six mois de l'année à se déplacer d'un ombrage à l'autre, limitant ainsi leur recherche de nourriture et leurs activités sociales aux passages ombragés.

Bien avant de m'installer à Tucson, je n'étais pas vraiment familiarisée avec les références systématiques qui attribuent le bien à la lumière et le mal à l'ombre. De telles métaphores me semblaient non seulement simplistes mais aussi trompeuses. Après avoir passé un été dans le désert, je savais pourquoi ces clichés m' affectaient. La lumière sans ombre, le jour sans nuit, le soleil sans la pluie selon les lois de la nature sont des conditions mortelles

si elles ne possèdent pas leur opposé. Dans la vie intérieure des êtres humains, il en est de même que ces métaphores.

La préférence de la civilisation occidentale pour la raison face à l'émotion, pour le mental face au cœur, pour la raison face à l'intuition, a conduit à certaines atrocités les pires qui soient dans l'histoire humaine, sans parler des nombreuses souffrances quotidiennes bien inutiles. Comme le psychologue et philosophe Thomas Moore le faisait observer avec éloquence : « Logos sans Éros devient sadique. »

Nous avons créé une culture dans laquelle les eaux nourissantes et vivifiantes des émotions, de l'empathie, de la conscience sensorielle, des sentiments profonds et d'autres formes de conscience non verbale se sont desséchées à la chaleur de notre dépendance obsessionnelle face à tout ce qui est assez lumineux, logique et sensé pour être planifié, expliqué et contrôlé. Sous bien des aspects, j'étais déjà une habitante du désert avant même de me plonger dans le lac présent derrière les yeux du cheval noir.

Lorsque j'ai écrit le passage métaphorique qui se trouve en tête de ce chapitre, ce n'était en aucune manière un exercice intellectuel. Ces deux paragraphes, ainsi que plusieurs autres, étaient des éruptions spontanées de mon propre subconscient qui essayait d'exprimer ce que j'apprenais dans le domaine de la connaissance silencieuse. De telles compréhensions ne pouvaient pas passer directement du niveau non-verbal au niveau logique. Le pont entre les deux est fait de métaphores, de mythes et de symboles, comme cela l'a toujours été, bien avant que les conteurs soient capables de rapporter leurs histoires dans des écrits.

Rasa et moi-même étions à l'unisson et partageons des informations de multiples manières au niveau de l'eau. Il ne peut y avoir d'autres voies entre espèces. Comme Jung le faisait observer : « L'eau est porteuse du corps instinctif, du sang et de la circulation sanguine, de l'odeur de l'animal chargé de passion. L'inconscient est la psyché qui descend de la lumière, de la conscience lucide mentalement et moralement vers le système nerveux qui, depuis fort longtemps, est nommé sympathique. » Ici, Jung choisit d'utiliser le mot sympathique et décrit ainsi parfaitement mon expérience non verbale avec Rasa et les autres chevaux.

La première définition du dictionnaire décrit cela comme quelque chose qui agit « par affinité, interdépendance ou association réciproque. » Lorsque le cheval noir chemine dans le désert en ma compagnie, il porte l'eau, la nourriture et quelquefois mon corps, ensuite j'ouvre le paquetage qui renferme sa nourriture, et nous renforçons ainsi le sentiment d'affinité et d'interdépendance que nous partageons déjà à travers notre longue association. Le fait que nous fassions cela pour notre plaisir mutuel renforçait la seconde définition : « a) sans incompatibilité ni antagonisme, b) en accord avec sa propre humeur, ses penchants ou son caractère, c) empreint d'une estime bienveillante ou agréable. »

Les troisième et quatrième sens de ce mot caractérisent la compréhension qui se crée entre deux personnes par « la compassion, l'amitié ou la sensibilité à l'émotion d'une autre personne » autant que par un sens intérieur d'« approbation » que nous exprimons à une autre personne, au niveau le plus élémentaire. Je considère maintenant que l'apparition de la claudication de Rasa, tragique sous un certain angle, est une bénédiction parce que cela m'a permis de la voir d'une manière entièrement nouvelle. Puisque j'étais condamnée à marcher à ses côtés, je me suis amusée à apprendre à connaître cette jument hors du contexte conventionnel des activités équestres. Je n'avais aucune possibilité de l'entraîner ou de la forcer à accomplir mes buts et à accepter mon point de vue.

Il est intéressant de noter que les trois dernières définitions du mot « sympathie » aident à expliquer l'aspect le plus mystérieux de notre échange. Le fait de montrer de l'empathie – ce que le Webster définit comme étant la capacité à partager les idées et les ressentis de l'autre, œuvrait certainement le jour où j'ai partagé son point de vue. Si je n'avais pas partagé le point de vue résolument non-humain de Rasa, je n'aurais certainement jamais vu mes mains comme des sabots ayant évolué pour compenser la petite taille de mon cou et de mon nez. Mais comment puis-je expliquer ce phénomène sans faire référence à une imagination trop active ou au concept vague et mystérieux de « télépathie » ? Alors, le dictionnaire nous propose l'argument : « de ou lié au système nerveux sympathique ; modifié ou mis en action par les nerfs sympathiques ; en relation avec les fréquences musicales produites par vibrations sympathiques ou par des cordes accordées pour résonner par vibrations sympathiques. »

Lorsque j'étudiais l'alto au collège, j'étais fascinée par cet instrument peu connu de l'époque Baroque : la viole d'amour. Les cordes de la viole d'amour étaient soit frottées par l'archet soit pincées par les doigts. Sous le manche étaient disposées des cordes encore plus fines que ni l'archet ni les doigts ne pouvaient atteindre. De cette manière, la viole d'amour produisait le son le plus envoûtant et le plus céleste qui soit grâce au phénomène de résonance.

Chaque fois que l'instrumentiste jouait une note qui coïncidait avec la fréquence d'une des cordes sympathiques situées en dessous, cette corde entraînait en vibration et produisait en réponse son propre son fantomatique. En d'autres termes, lorsque le musicien jouait un do, au doigt ou à l'archet, la corde sympathique accordée en do se mettait à résonner. Au xv e, lorsque cet instrument a été inventé, cette utilisation créative de la résonance était perçue comme une métaphore pour l'amour : un système mis en mouvement par les vibrations d'un autre système ; deux choses, deux personnes ou deux cordes vibrant ensemble, en réponse l'une à l'autre.

En m'étendant au-delà de la pensée et du comportement humain pour m'accorder à Rasa et aux autres chevaux, j'ai commencé à reconnaître un parallèle avec moi-même dans ce phénomène, et je l'ai presque toujours vécu en

premier lieu au niveau du système nerveux sympathique et des systèmes nerveux qui lui étaient liés, le système entérique et le système parasympathique. La science conventionnelle explique que le système nerveux sympathique conduit l'influx nerveux des profondeurs du cerveau vers la périphérie du corps, les organes et les tissus, provoquant la sueur et la chair de poule, la dilatation oculaire, l'accélération cardiaque, l'élévation de la tension sanguine, les perturbations digestives et la décharge d'hormones telle que l'adrénaline dans le flux sanguin, donnant ainsi tous les symptômes du stress : tremblements, transpiration, pâleur, vertiges, nausée, étourdissement, halètement, etc. Ces fonctions corporelles sont mises en œuvre pour favoriser la réponse de lutte ou fuite.

Le système nerveux entérique travaille en étroite collaboration avec le système nerveux sympathique. Il s'agit du système dont le réseau nerveux entoure l'œsophage, l'estomac et les intestins. En réponse à une menace, le système nerveux entérique met en route un certain nombre de mesures d'urgence, parmi lesquelles la libération d'histamine, entre autres, dans le but de provoquer une inflammation de l'intestin grêle. Ceci attire les cellules immunitaires hors du circuit sanguin afin de préparer le choc physique. Avec un tractus digestif rempli de bactéries, un coup de couteau dans le ventre devient un problème sérieux. Si l'intestin grêle peut se protéger grâce à des cellules immunitaires avant que le coup de couteau ne soit porté, le corps a de meilleures chances de survivre. Ceci est très important pour les animaux qui sont des proies. À l'origine, une des fonctions du système nerveux entérique consistait à protéger eohippus, l'ancêtre du cheval, contre les infections dues aux morsures du très féroce tigre sabre.

D'un autre côté, le système nerveux parasympathique amorce la fonction « repos et digestion », après que la menace a disparu, ralentissant le rythme cardiaque et abaissant la tension sanguine, sécrétant les sucs gastriques, contractant les pupilles et permettant à l'intestin grêle de revenir à un état d'équilibre. Ces trois systèmes nerveux constituent ce que l'on appelle le système nerveux autonome, nommé ainsi pour ses capacités à fonctionner automatiquement ou sans intervention consciente apparente. Il est opposé au système nerveux central, qui inclut le cerveau et la moelle épinière et qui est considéré comme étant sous le contrôle d'un dessein conscient. Bien entendu, ces systèmes sont en interconnexion, échangeant sans cesse des informations entre eux. Mais traditionnellement, on accorde au cerveau le rôle de contrôler le processus dans son intégralité.

Cela révèle au moins deux problèmes si nous suivons cette description standard. D'abord, cela décrit le cerveau comme étant le « roi » du corps ou « l'ordinateur maître » qui contrôle toutes les fonctions « inférieures ». Ensuite, cela décrit le système nerveux sympathique uniquement comme un mécanisme de préservation mis en action durant des moments de crise. Pour moi, ce point de vue est trop limité ; il ignore une multitude de possibilités qui émergent lorsqu'une personne accède au mode du bien-être florissant, beaucoup plus créatif ou ouvert que le mode de la survie.

Il faut admettre que si une personne passe son temps à errer en quête de nourriture, à résister à des meutes de loups féroces ou à travailler dur dans des emplois sans débouchés juste pour joindre les deux bouts, elle sera beaucoup moins disposée à écrire un roman ou une symphonie. Aucun chercheur n'a été capable de justifier l'élan artistique comme un instinct de survie, bien qu'au cours du siècle passé la mode a été de décrire tous les processus biologiques ou psychologiques comme quelque chose aidant l'organisme à vivre suffisamment longtemps pour « la propagation de l'espèce. » L'imagination de l'être humain l'a aidé à se sortir de situations difficiles et à améliorer largement sa vie, mais c'est seulement lorsque l'imagination est libre de tout souci concernant sa survie qu'il accède au niveau de l'art.

Si Steve et moi avons choisi d'avoir des enfants, je n'aurais pas eu l'argent et la motivation pour m'occuper de quatre chevaux, sans parler du temps passé dans leur monde du silence ainsi qu'à écrire un livre sur le sujet. En tant que personne introspective et disposant de peu d'énergie, j'ai compris très tôt que je n'avais pas la constitution pour être une mère idéale, aussi ai-je décidé de ne pas tenir compte de mon instinct maternel afin de me concentrer sur l'écriture. Dans l'optique darwinienne, je suis plutôt inutile. Dans l'optique équine, Rasa est également inutile. Notre relation est complètement irrationnelle ; elle n'a de sens que si vous vous placez au niveau du cœur et non pas de la tête.

En raison de sa blessure et de mon désir d'être avec elle, quelles que soient nos possibilités, nous avons été projetées dans le domaine de l'expérience pure. Je n'utilisais plus mon corps, mon cerveau ou mes sens pour survivre ou réussir mais pour me mettre en contact avec un autre être et prendre plaisir en sa compagnie. Dans ce contexte, mon corps, mon cerveau et mes sens commencèrent à changer de vitesse, et à me montrer de quoi ils étaient capables : entrer en résonance avec les stimuli plutôt que de réagir en fonction d'eux. Et c'est là que le système nerveux sympathique vit véritablement en accord avec son nom.

#### SENSATIONS VISCÉRALES

Je me promène tranquillement avec ma harde dans un grand pâturage. Rasa se rapproche tranquillement de moi et touche son ventre avec son nez, signalant ainsi qu'elle désire que je la gratte à cet endroit quelque peu inaccessible. Alors que je fais ce qu'elle me demande, elle me rend simultanément la pareille en frottant mon dos avec ses lèvres. Rasa est juste en train de faire un pansage mutuel, l'un des rituels d'affection les plus profonds qui soient dans la société équine. Si je la gratte aussi fort ou de manière aussi brusque que sa peau épaisse peut le supporter, elle s'accordera à mon rythme et à ma pression, laissant des ecchymoses sur ma peau fragile. Aussi je

ralentis le rythme et je m'abstiens d'utiliser les ongles, lui signalant ainsi de me donner un massage agréable, chaleureux et sans les dents. Après quelques minutes de cette interaction vigoureuse, nous restons côte à côte, jouissants ainsi de notre compagnie mutuelle. Un vent chaud du désert souffle doucement à travers sa crinière et la mienne. Ma respiration se ralentit naturellement jusqu'à se mettre à un rythme que je n'avais encore jamais adopté au cours de mes méditations. Mon cœur s'ouvre avec une incroyable chaleur, comme si une grande fleur délicate s'épanouissait dans ma poitrine. J'avais déjà ressenti cela en présence d'êtres humains et j'avais toujours nommé cela amour. Cependant, avec Rasa cela se mêlait à un sens profond de tranquillité plutôt que de l'agitation de l'excitation ou le danger que je pouvais vivre dans une idylle.

Un peu plus loin, Noche est en train de paître. Soudain, sa tête se relève et ses oreilles s'orientent vers l'avant. Une fraction de seconde avant que Rasa réagisse de la même manière, je ressens comme un coup au creux de l'estomac. Sur ma nuque, mes cheveux se hérissent ; ma respiration est courte et rapide et je suis immobile, prête à m'enfuir dans n'importe quelle direction. Ni Rasa ni moi ne pouvons voir ce qui a provoqué chez Noche cette alarme silencieuse, mais les vibrations de peur venant de son corps affectent notre système nerveux bien avant qu'il ne fasse demi-tour et galope vers nous.

À ce moment-là, mon cerveau supérieur sceptique décide de prendre le dessus. Après tout, que pouvait-il se passer de négatif par une si belle après-midi d'octobre, dans cet environnement rural paisible ? J'avance avec confiance vers l'endroit où Noche a pris peur quelques instants auparavant. Les deux chevaux s'ébrouent et trottent en rond à une certaine distance de sécurité derrière moi. Il s'avère que tout ce remue-ménage a été causé par un homme sur une moto tout-terrain. Il semble menaçant avec sa culotte noire, sa veste de moto bleue fluorescente, ses lunettes réfléchissantes et son casque à la forme de crâne comme une des créatures d'Alien. Il va très vite, soulevant derrière lui un épais nuage de poussière, et pourtant, il n'y a aucun repère pour évaluer sa vitesse mais simplement un vrombissement constant et grave qui peut sembler tout à fait anormal pour un cheval. Je ne peux pas m'empêcher d'éclater de rire en voyant ce diable à deux pattes. Et, avant que je ne puisse me retourner pour rassurer mes chevaux et leur dire que tout va bien, ils se tiennent déjà derrière moi, en considérant cet étrange accoutrement avec un nouveau sens de confiance qu'ils ont sans aucun doute acquis à travers moi. Lorsque l'homme passe tout près, ils s'agitent un peu sur place et je sais qu'ils sont prêts à filer tout droit vers l'autre extrémité du pâturage si la créature quittait soudainement son chemin et se dirigeait vers nous.

Quelques minutes plus tard, j'entends quelqu'un m'appeler et je distingue vaguement la silhouette d'une des pensionnaires de ce lieu venir à nous. Elle est souriante et crie ses louanges à propos du merveilleux temps d'automne dont nous jouissons. Pourtant, avant même qu'elle soit suffisamment proche de moi pour me parler sur un ton de voix habituel, mon estomac commence à se contracter, mon cœur semble devenir du ciment et je ressens le chaos tout autour de moi. Noche s'éloigne déjà en trottant, bien qu'habituellement il se laisse attraper et seller par cette femme.

Je lui demande comment elle se sent.

— Bien, répond-elle.

— Non, dis-je calmement, comment te sens-tu vraiment ?

— Eh bien, mon mari n'est pas rentré à la maison hier soir, admit-elle avant d'éclater en sanglots.

Beaucoup de sensations que je viens de décrire pourraient recevoir l'appellation de « clairsentience », la capacité que l'entité A possède à ressentir ce que l'entité B ressent, comme s'il s'agissait de quelque chose qui se passait dans le corps de A. Comme la clairvoyance, ceci est très largement considéré comme un don surnaturel qui n'est pas accessible à tout le monde – à condition que nous acceptions que cette possibilité puisse exister. Mes expériences avec les chevaux semblent indiquer que ceci est un don naturel pour tous les êtres vivants, un sens ancestral et cependant hautement raffiné que la race humaine a réprimé par le contrôle social qui minimise l'importance du vécu somatique. La « clairsentience » n'est pas un phénomène psychique, pas plus qu'un exemple de la domination de l'esprit sur la matière. Plus exactement, cela survient en accédant à l'esprit sous la matière, ces aspects de la conscience directement liés au corps et qui sont généralement gardés subconscients ou inconscients.

Ce n'est pas mon cerveau qui a déclenché l'attitude « fuite ou lutte » que j'ai soudainement prise lorsque Noche devint effarouché, transmettant des directives qui sont descendues dans ma moelle épinière et ont pénétré mon système nerveux sympathique. En fait, si j'avais été là depuis seulement quelques instants, il y aurait eu très peu de probabilités que sa peur ait pu m'affecter, en particulier viscéralement. L'heure que je venais de passer à errer dans le pâturage, me liant avec tous les chevaux, caressant Rasa tout en étant portée dans un état méditatif profond comme il s'en installe naturellement chez ces animaux, me permit d'ajuster mon système sur la « fréquence équine. »

Lorsque Noche a pris peur, j'ai véritablement senti une onde de choc dans le ventre, et ceci a déclenché une réaction en chaîne de réponses sur le plan physique. La brusque contraction de l'estomac, l'accélération du rythme cardiaque, le fort désir de fuir était déjà activé lorsque j'ai ressenti la situation monter dans le corps et déclencher un processus de pensée qui m'a conduite à douter de la gravité de la situation, me permettant d'aller vers la source de la perturbation plutôt que de la fuir. L'amusement rassurant que j'ai transmis aux chevaux par inadvertance

lorsque j'ai fait un signe au motard leur a été transmis avec la même efficacité, leur permettant de modifier leur comportement avant même d'avoir eu le temps de me retourner pour leur faire comprendre que tout allait bien.

Il est assez intéressant de savoir que les chercheurs ont reconnu que le système nerveux entérique est par lui-même un cerveau complexe et complet. Dans ces mètres de boyaux que constituent les intestins repose une toile complexe de microcircuits commandés par bien plus de neurotransmetteurs et neuromédiateurs qu'on peut en trouver ailleurs dans le système nerveux périphérique. Cela permet aux intestins d'accomplir de nombreuses fonctions indépendamment du système nerveux central. Si la moelle épinière est brisée à un certain endroit, la personne est entièrement paralysée à partir du cou, sauf en ce qui concerne le système nerveux entérique qui non seulement continue à fonctionner mais aussi continue à apprendre et à prendre des décisions par lui-même, modifiant son comportement en réponse à l'environnement. Les systèmes nerveux sympathique et parasympathique doivent aussi être capables, dans une certaine mesure, de fonctionner de manière indépendante ; autrement, le cœur d'une personne tétraplégique ne serait pas à même de continuer à faire circuler le sang dans le corps. Les preuves que le cœur garde des mémoires sont de plus en plus nombreuses, en particulier grâce aux témoignages des patients ayant subi une transplantation cardiaque et qui ont pris soudain conscience qu'ils désiraient les mêmes aliments que leur donneur, sans parler des rêves qui révèlent le nom et l'apparence physique de la personne décédée même lorsque son identité a été gardée secrète.

Je pense que l'une des manières par laquelle le système nerveux autonome réagit est la résonance. On peut dire que les chevaux qui possèdent des entrailles bien plus importantes et plus sensibles que les humains, possèdent aussi un plus grand cerveau dans leur ventre, ainsi qu'une plus grande surface de résonance avec laquelle ils peuvent détecter les nuances de l'information.

#### LA LOGIQUE DES PRÉDATEURS

La conscience, qui est vécue par le cortex cérébral comme étant le siège des pensées élevées, tend à séparer les choses et à les ranger dans des catégories bien définies : ceci est bon ou mauvais, bien ou mal, réel ou imaginaire, artistique ou scientifique, spirituel ou matériel. Lorsqu'un individu, ou un groupe, forme une opinion sur quelque chose, il devient difficile de changer, même si l'expérience le suggère. Il est à la fois décourageant et fascinant de voir que les musiciens peuvent développer l'usage créatif de la résonance alors que le reste de la société ignore que nos corps sont constitués de nombreux éléments et processus similaires.

Avant l'usage largement répandu de l'acier fileté, les cordes des violes d'amour étaient en boyau et l'archet était fait de crins de cheval. Bien que les matériaux de synthèse soient moins onéreux, les étudiants vraiment sérieux et les professionnels préfèrent toujours le crin de cheval. De très nombreux violonistes et altistes préfèrent aussi les cordes en boyau qui produisent un son plus riche et plus rond, en particulier dans les aigus qui peuvent paraître trop durs et métalliques avec des cordes en acier. Nous avons là une substance organique élaborée qui résonne suffisamment fort pour emplir une salle de concert avec un son, et parvenant à faire vibrer les sièges et à faire pleurer d'extase les auditeurs. Dans le même temps, le monde scientifique continue à s'étonner que ces mêmes entrailles puissent fonctionner de manière similaire dans le corps qui les a constituées à l'origine avec un système nerveux appelé « sympathique » des siècles avant que nous ayons les outils pour l'analyser véritablement.

Le fait que je doive utiliser un cheval tout entier et pas seulement quelques crins pour me reconnecter avec ce monde vibratoire montre simplement combien il est difficile de ne pas tenir compte de l'intellect lorsque celui-ci essaie de s'attribuer le mérite des processus et des compréhensions significatives dont l'entité psychosomatique est capable. C'est un peu comme si chaque être humain ayant atteint l'âge de raison doit affronter un coup d'état de la part du cortex cérébral qui essaie de contenir et de discréditer toute autre forme de conscience sensuelle ou émotionnelle.

La logique est-elle inhérente aux prédateurs ? E. Richard Sorenson, anthropologue à l'université de Stanford, le pense. J'ai découvert sa théorie dans un article écrit par Christian de Quincey dans la revue IONS (revue des Sciences Noétiques). Après des dizaines d'années de recherches et d'observations minutieuses, Sorenson a développé une théorie qui établit une distinction entre deux mentalités humaines différentes : la conscience d'avant la conquête, caractérisée par le mental des peuples indigènes, et la conscience d'après la conquête, caractérisée par le rationalisme moderne. La conscience « préconquête » est enracinée dans le ressenti. Sorenson considère que les cultures tribales sont formées avec une sensualité luxuriante, et les individus sont éduqués avec de nombreux contacts corporels. Il observe que ces peuples sont très sensibles aux changements de respiration et aux tensions musculaires pour repérer les changements d'humeur. Bien entendu, je peux aussi indiquer que ces changements sont souvent transmis par simple résonance grâce aux systèmes nerveux sympathique et entérique.

En tout cas, il en résulte que lorsque les autres membres de la tribu se sentent bien, l'individu se sent bien ; lorsque les autres membres ressentent de la peur ou de l'anxiété, l'individu est affecté de la même manière. Sorenson appelle cela « la conscience socio-sensuelle », et c'est aussi une description appropriée pour la conscience équine. Ce qui est bien, vrai ou réel n'est pas basé sur des concepts abstraits séparés du cours de la vie mais sur ce qui est ressenti comme bon dans une situation donnée. Cette forme de conscience se développe par la capacité à optimiser les sensations de bien-être dans la communauté, s'appuyant sur « le rapprochement chaleureux basé sur une confiance profonde » et sur « un rapport intuitif » entre tous les individus d'un groupe.



D'un autre côté, la conscience « post-conquête » est conflictuelle et incohérente émotionnellement ; une thèse est confrontée et combattue par son antithèse qui est tenue comme juste et vraie tant qu'elle n'est pas réfutée, avec de multiples difficultés, par une nouvelle synthèse. Par sa nature même, le rationalisme moderne se développe sur un idéal fixe qui favorise une vue sélective de l'information, séparée du cours de la vie. Cette mentalité est en fait menacée par l'émotion vraie, conduisant donc à une duperie de soi-même ou des autres induite par la pression exercée par ses semblables. Seuls les ressentis, les expériences et les idées qui supportent la thèse dominante sont considérés comme valables. L'observation de Sorenson est assez troublante quand il explique que lorsque la raison « post-conquête » rencontre un ressenti « pré-conquête », il en résulte une répression complète de cette dernière, avec des conséquences terribles qui se sont perpétuées depuis des siècles sans la moindre opposition.

Sorenson indique que la conscience « post-conquête » éclipse automatiquement le ressenti « préconquête », même si les intentions du rationaliste sont honorables. Il appuie sa théorie sur les comptes rendus de première main décrivant de quelle manière un groupe de touristes occidentaux avait effacé par inadvertance tout le mode de vie d'une tribu de Nouvelle-Guinée peu de temps après la deuxième guerre mondiale. En une semaine, une forme de conscience basée sur la confiance, l'ouverture et les rapports interactifs avait disparu. Sorenson décrit une « grande amnésie culturelle » au cours de laquelle la population entière oublia les événements du proche passé, ses coutumes, même les costumes portés quelques années auparavant : « l'unité altruiste qui semblait si forte et si équilibrée dans leurs enclaves isolées s'est dissipée comme une brise d'été alors qu'un type de conscience basé sur la vérité a laissé place à un autre type qui ment pour vivre. » Il continue en décrivant l'irruption « d'insomnie épidémique, de danses frénétiques qui durent toute la nuit, des yeux rougis par l'épuisement, devenant de plus en plus petits et vides au fil du temps, de dysphasies de toutes sortes, d'épidémies soudaines et passagères de querelles spontanées, de carences dans la perception, de surexcitation, de perte de sensualité, de séparations des couples, d'impuissance, de confusion, de comportements déments... Tel était le climat général sur la plage durant cette semaine-là ; semaine qu'aucune imagination n'aurait pu concevoir, semaine au cours de laquelle le ciment socio-sensuel subtil du mode de vie traditionnel s'est délité. »

Les difficultés vécues par cette tribu reflètent très bien nombre des prétendus maux sociaux que nous combattons, une inadaptation flagrante à la vie moderne qu'aucun programme social ne semble capable de soigner, quelle que soit la somme d'argent investie. Selon la théorie de Sorenson, les changements extérieurs dans l'environnement, l'éducation ou les perspectives d'avenir n'auront que peu d'effet aussi longtemps que les mentalités « post-conquête » resteront dominantes et séparées de leurs ressentis. Christian de Quincey, éditeur en chef d'IONS, la revue des sciences Noétiques, soutient que pour réparer les dommages, la raison et le ressenti doivent se réunir en « une intuition spirituelle ou mystique transmoderne, une manière de connaître qui inclut et intègre toutes les autres. »

« La raison ne doit pas exterminer le ressenti, écrit-il, elle le fait seulement lorsqu'elle n'est plus en contact avec les racines de la sagesse profonde du corps. La raison est au mieux de son efficacité lorsqu'elle garde ou retrouve le contact avec ses racines préverbales et somatiques. La raison travaille différemment lorsque nous ressentons ce que nous pensons. »

De nombreuses personnes qui sont désillusionnées par cet état de fait actuel sont attirées instinctivement par les chevaux. Au fil des ans, j'ai découvert que ces animaux sont en effet très efficaces pour nous aider à atteindre une nouvelle manière de connaître, un état qui intègre le ressenti, l'intuition, la relation et la sagesse préverbale du corps avec la concentration, la volonté, l'esprit d'invention et les capacités à résoudre des problèmes qui figurent parmi les meilleures caractéristiques issues du mental rationnel post-conquête. Parce que le travail que nous faisons avec les chevaux implique un contact corporel et parce qu'ils agissent à partir d'un état de conscience pré-conquête, de par leur taille et leur nature non-prédatrice, ces animaux peuvent réactiver le mental socio-sensuel chez les humains qui prennent soin d'eux, ramenant à la surface cette connaissance depuis trop longtemps oubliée là où elle peut tempérer les effets destructeurs du mental rationnel.

La plupart des cavaliers ont des problèmes pour atteindre cet état d'union par eux-mêmes. Ils s'enlisent dans des conflits qui sont le résultat de la mentalité post-conquête rencontrant une espèce qui est adaptée à une forme d'interaction socio-sensuelle. N'oubliez pas que la théorie de Sorenson affirme que la raison domine et réprime automatiquement le point de vue préconquête, point de vue orienté vers le ressenti. Malgré cela, un cavalier particulièrement sensible et présent sur le plan émotionnel pourra tomber parfois dans cet état et trouver que ses interactions avec les chevaux se font avec une grâce naturelle, mais bien peu peuvent alors décrire leurs expériences aux autres sans paraître un peu fous ou mystiques. C'est le mystère qui réside derrière les capacités apparemment surnaturelles des chuchoteurs.

Dans un article paru au milieu des années quatre-vingt-dix à propos de Ray Hunt, maître d'équitation reconnu au niveau national et dont le style et la philosophie sont comparables à ceux de Monty Roberts, la journaliste décrit ce qui se passe au cours d'un de ses ateliers, soulignant les concepts de base que cet homme utilise ; puis, elle cite ses paroles : « Il existe une chose indéfinissable qui fait que tout va bien, et je ne sais pas ce que c'est. » La journaliste ajoute qu'elle est « ravie » que cette « chose ne puisse pas être fabriquée, inscrite sur un menu et commandée comme une marque quelconque de bière. Pourtant, cela est réel, et cela peut être reconnu, mais seulement au moment présent. »



Je crois que Hunt et la journaliste faisaient référence à la sagesse non rationnelle que les taoïstes appellent « la vraie connaissance » et que Quincey caractérise comme « une intuition spirituelle et mystique transmoderne. » Cependant, ces entraîneurs ne désirent pas en prendre pleinement conscience pour eux-mêmes, encore moins en parler aux autres. Une cavalière professionnelle qui anime aussi des ateliers m'a dit que la raison réside en partie dans le sentiment qu'elle pourrait compromettre cette magie par le fait d'en parler ou de l'analyser trop en profondeur. Pourtant, selon mon expérience, cette « chose » éthérique aimerait être davantage reconnue, et pour cela, elle doit être traduite en mots qui peuvent tout au moins pointer vers ce qu'elle est. Il m'a fallu des années de recherche dans les domaines de la psychologie et de la mythologie, dans des études sur le mécanisme de la conscience et de la créativité, sur l'image judéo-chrétienne de la chute de l'homme, sur les concepts taoïstes de la réalité – là où le vocabulaire est le plus adapté pour décrire la forme féminine de l'affirmation de soi et de l'intuition telle que les enseignent les chevaux – et l'afflux continu d'expériences surprenantes qui m'a motivée à m'engager dans ce projet en tout premier lieu. Finalement, c'est le propos de ce livre, *Le Tao du Cheval*, et les implications de mes découvertes sont utiles à toute personne, qu'elle désire ou non bondir vers un cheval sauvage ou s'asseoir sur un cheval dressé.

J'ai aussi découvert que les chevaux possèdent le talent suprême de nous aider à atteindre ce mental unifié, mais pour accéder à la sagesse qu'ils détiennent il faut déployer une attitude respectueuse et complice. Dietrich von Hopffgarten, écrivain et entraîneur de renommée mondiale, essaie de caractériser la perception qu'il en a dans le magazine *Dressage and CT* lorsqu'il écrit : « Seulement si nous écoutons notre partenaire cheval... uniquement si nous cherchons à réussir par le ressenti et non la force, nous découvrirons une partie du secret. Pour moi, ce secret est le lien magique. »

À partir du moment où ce contact magique m'a touchée, j'ai été obsédée non seulement par le désir de décrire ce qu'il était mais aussi je voulais trouver les manières de permettre aux autres d'atteindre cet état d'être qui transforme pour la vie. *La Voix du Souvenir* et les *Ancêtres Chevaux* m'ont infiniment aidée. Pendant la période où j'ai cherché à forger une connexion plus profonde avec leurs vastes champs d'influences morphogénétiques, j'ai été cependant amenée à faire des actions qui repoussaient les frontières de ce que je considérais être sensé – et je ne connaissais pas les théories de Sheldrake, Sorenson, Quincey et de leurs pairs pour me dire à quoi je pouvais m'attendre. Comme Quincey le fait observer dans son article paru dans *IONS* : « Les sentiments d'interconnexion et les états de conscience altérés paraissent magiques pour la raison ; c'est le domaine indéfinissable du chaman. Au-delà de la raison, l'harmonie et la communion qui existent entre les expériences et les états élevés de la conscience apparaissent à la raison comme étant ineffables et noétiques ; c'est le domaine infini du mystique. »

Pour moi, le but de ce partage concernant mon cheminement personnel consiste à communiquer à quel point le réveil de cette conscience pré-conquête et socio-sensuelle est ressenti comme effrayant, troublant et extatique pour une personne comme moi, élevée dans le culte post-conquête de la raison, et de quelle manière avec le temps, mon travail avec les chevaux m'a permis d'intégrer ces deux points de vue dans ce contact magique, cet autre chose qui fait que tout fonctionne.

Je dois admettre que j'ai dû saisir mon courage à deux mains pour raconter cette histoire. Je m'engageais dans des activités et des pensées qui semblaient illusoires dans la perspective de la logique. Je ne serais d'ailleurs pas surprise si certaines personnes utilisaient des éléments de ce livre pour essayer de discréditer tout ce que je tente de dire du potentiel qui existe dans les relations entre les chevaux et les humains. Mais sans doute ces incidents étranges apporteront aussi soulagement et encouragement aux personnes qui s'efforcent d'accéder à leur propre source de sagesse, puissante quoique complètement irrationnelle.

Comme Deepak Chopra le souligne dans une interview parue en septembre 2000 dans la revue *Rolling Stone* : « Il existe une délimitation fine entre les psychotiques et les génies. Ils avancent sur le même fil du rasoir. » Au cours de mon cheminement, plusieurs fois, il m'est arrivé de n'être pas vraiment sûre du côté où je me trouvais.

## LES EAUX BIENFAISANTES

### Deuxième partie

Si vous êtes venu pour m'aider, vous perdez votre temps...  
Mais si vous êtes venu parce que votre libération  
est liée à la mienne, alors travaillons ensemble.

Une femme aborigène

## CHAPITRE V

### LA SAGESSE DE LA PROIE

Il y a un sofa dans la sellerie, mais Rasa n'a pas beaucoup de patience avec les clients qui préfèrent s'asseoir et parler de leurs problèmes. Elle préfère que les gens ressentent leurs problèmes, qu'ils écoutent le message présent derrière leurs ressentis et qu'ils cessent de penser que leurs véritables ressentis constituent le problème. Elle est disposée à être attachée à un anneau si cela rassure le nouvel élève qui s'occupe d'elle pour la première fois. Elle adore être brossée et qu'on soit aux petits soins avec elle. Cependant, elle se met sur le côté et commence à tirer sur sa longe si la personne qui tient l'étrille joue à être courageuse, contente, détendue ou en contrôle alors qu'en fait, elle ressent de la peur, de la tristesse ou de la colère, ou encore manque d'assurance dans cette situation. Au moment où cette personne reconnaît son émotion vraie présente derrière l'apparence, alors elle soupire, se lèche les lèvres, baisse la tête et cesse de s'agiter, même si la personne a encore peur.

Rasa sait comment aller au pas, au trot et au galop autour d'une personne qui se tient au centre du manège. Selon les ordres du moment, elle s'adapte aux commandes verbales, aux signaux subtils du long fouet et même au plus léger changement dans la position du corps ou dans la respiration. Mais aucun cri, aucun ton quémendeur ou suppliant, aucun geste des mains ou des pieds, aucune larme ni même le claquement du fouet ne la font bouger tant que la personne qui ordonne n'est pas centrée et ne fait pas un effort sincère pour être en contact avec elle. Si cette personne devient particulièrement agressive et accuse le cheval noir d'être stupide, il lui arrive fréquemment d'aller au centre du manège et de faire courir la personne en rond. Rasa est devenue maîtresse en thérapie équine.

Les gens me demandent de quelle manière je l'ai formée à être pleine de confiance et perspicace à ce point. En fait, c'est davantage elle qui m'a formée, ou plutôt transformée. J'ai simplement appris comment je pouvais faire confiance à l'instinct de Rasa et lui donner l'espace nécessaire pour qu'elle fasse son travail. J'ai découvert les bonnes manières d'interpréter ses intuitions concernant les états sans cesse changeants, sur le plan physique, mental ou émotionnel, de nos clients. Ma fonction principale consiste à interpréter ses intuitions dans un langage que les humains comprennent et à suggérer des manières plus adaptées pour eux pour parvenir à créer une relation de partenariat avec les chevaux. En fin de compte, j'aide les personnes à voir le parallèle entre ce qu'elles vivent dans le manège et les défis auxquels elles font face dans la vie. Pour cela, mon mental est accordé à une fréquence qui se situe à la jonction entre la manière d'être des humains et celle des chevaux, ou peut-être de manière plus juste, qui représente l'union des deux. Mon efficacité en tant que praticienne de la thérapie facilitée par les chevaux réside dans ma capacité à devenir la femme cheval dans le sens le plus mythique. Ainsi, le processus de guérison s'accélère lorsque mes clients deviennent eux aussi des centaures.

Alors que la pratique de l'équithérapie pour les personnes handicapées existe depuis plus de cinquante ans, le domaine de la psychothérapie assistée par les chevaux n'a pas obtenu de reconnaissance officielle avant que l'Association pour la Santé Mentale Facilitée par les Chevaux (Equine Facilitated Mental Health Association, ou EFMHA) créée au milieu des années quatre-vingt-dix n'existe en tant que section spéciale de l'Association Nord Américaine d'Équitation pour les Handicapés (North American Riding for the Handicapped Association, ou NARHA). Dans tout le pays, des structures pour l'équithérapie ont utilisé très rapidement le potentiel des chevaux pour faciliter le traitement de problèmes psychologiques, et pourtant les praticiens et le personnel qui s'occupaient des chevaux n'arrivaient pas à décrire pourquoi tout cela fonctionnait si bien. La multitude de paramètres et de principes impliqués se combinait pour créer un puissant catalyseur au changement qu'il était plus facile de vivre que d'expliquer par des mots.

Lorsque je dis aux gens que je suis spécialiste en psychologie de l'apprentissage facilité par les chevaux, la plupart d'entre eux pensent que je corrige les problèmes comportementaux des chevaux. Lorsque j'explique que c'est l'inverse, que j'emploie des chevaux pour aider des personnes à explorer leurs propres problèmes émotionnels ou comportementaux, même des cavaliers expérimentés ont quelquefois du mal à imaginer comment ce processus fonctionne.

Comme pour la plupart des méthodes de psychothérapies, le fait de développer une pratique faisant participer des chevaux est autant un art qu'une science. S'adapter aux besoins et aux compréhensions sans cesse changeants des chevaux et des humains requiert une approche bien structurée et cependant improvisée où les activités équestres habituelles et les techniques thérapeutiques se bonifient et se modifient mutuellement au cours de cette collaboration complexe entre deux espèces.

Avant d'expliquer plus en détail l'ensemble des théories qui se trouvent derrière ce processus, il est important de voir de quelle manière ces différents éléments coopèrent. Ce chapitre propose l'étude approfondie d'un cas qui illustre de quelle manière plusieurs chevaux du centre Epona ont aidé une femme – que j'appelle ici Joy. Alors qu'elle consultait déjà régulièrement un psychologue, Joy s'est inscrite à une série de séances d'apprentissage équin avec moi. En suivant la description de ses leçons, prêtez votre attention à ces éléments essentiels :

1. L'action bénéfique de l'utilisation de chevaux d'âge et d'origine divers, y compris de chevaux ayant été eux-mêmes maltraités.

2. La très forte attraction de Joy pour un cheval qui projetait les traits des hommes agressifs qu'elle avait rencontrés dans sa vie, et son incapacité, dans un premier temps, à reconnaître le danger que ce cheval représentait.
3. La manière dont Joy a appris à adopter le point de vue équin pour obtenir des informations sur les émotions négatives, évaluer les intentions des autres et se renforcer elle-même.
4. De quelle manière les activités équestres les plus élémentaires – observer le comportement d'un groupe de chevaux pour choisir un cheval, s'en occuper et le préparer – apportent des éclairages sur les problèmes, les manières de se prendre en charge et l'histoire familiale de Joy.
5. L'implication de Joy dans différentes techniques de confiance en soi par l'utilisation de la longe avec Rasa.
6. La difficulté de Joy d'avoir accès à ses émotions authentiques et à déterminer ses vraies motivations.
7. Les multiples manières qu'elle utilise tout d'abord pour ignorer ou réprimer ses émotions, et la manière avec laquelle Noche a réussi finalement à dépasser ce subterfuge.
8. Les moments de clairsentience que nous avons vécus, Noche et moi-même, au cours desquels nous étions capables de ressentir les émotions qui venaient de Joy et dont elle n'avait pas elle-même conscience.
9. Les occasions au cours desquelles Joy ne pouvait pas penser ou parler sans retomber aussitôt dans ses schémas de comportement destructeur, malgré des années de psychothérapie traditionnelle.
10. De quelle manière le fait de travailler avec des chevaux l'a aidée à reconnaître et transformer ses schémas comportementaux.

#### LES LACS MIROITANTS

À l'origine, Joy est venue me voir en espérant dépasser sa peur des chevaux. Élevée dans une famille aisée où l'on pratiquait l'équitation, elle avait reçu les meilleures leçons que leur train de vie le permettait. Son corps se mettait à trembler, ses jambes vacillaient et sa tête était prise de vertiges chaque fois qu'elle devait rentrer dans un box. Son premier instructeur, un cavalier émérite travaillant dans un prestigieux centre équestre spécialisé en concours, expliquait avec insistance que les chevaux devaient être commandés avec une volonté de fer, une solide cravache et une bonne paire d'éperons. Les seules émotions qu'elle avait le droit de ressentir étaient le courage, la fierté et la détermination. Âgée de douze ans, la jeune Joy tomba de son cheval de concours, admirablement dressé, et son instructeur lui ordonna de « remonter dessus et de faire marcher cet idiot. »

Durant les mois qui suivirent, Joy avait sauté de nombreux obstacles, faisant des efforts pour les discerner au travers des larmes qui troublaient sa vue. Ces larmes n'étaient jamais prises en compte. Joy n'avait jamais appris à s'occuper de son cheval et à le seller ; être en relation avec ces animaux autrement qu'en les montant était considéré comme un travail modeste réservé à des employés. Et pour noircir le tableau, un garçon d'écurie avait essayé d'abuser sexuellement de Joy. L'homme avait été chargé de conduire la monture fougueuse de la jeune fille alors qu'elle calmait le hongre au cours d'une longue promenade dans la propriété. Elle ne parla jamais à ses parents ni à son instructeur de ce qui s'était passé dans les bois derrière l'écurie.

Joy arriva à un point où elle sentait sa vie en danger à chaque leçon d'équitation, et son pur-sang, qu'on disait automatisé, était le seul à le remarquer. Zip pouvait broncher, s'emballer, lancer des ruades ou faire peur en réponse aux anxiétés de Joy. Celle-ci avait de plus en plus de peine à contrôler ses envies de fuir de panique chaque fois qu'elle approchait du manège, et souvent Zip réalisait ses souhaits non exprimés. Lorsque la famille admit finalement que leur fille « n'avait pas ce qu'il fallait » pour devenir une bonne cavalière, elle vendit Zip à une jeune femme plus ambitieuse et décréta que cela marquait la fin de la carrière équestre de Joy.

Le problème, c'était que Joy aimait les chevaux. Même si elle avait peur d'eux après ses malheureuses expériences dans cette écurie, elle désirait intensément être avec eux. Lorsqu'elle entendit parler du programme d'Epona, elle pensa avoir trouvé l'endroit approprié pour apprendre à dominer ses peurs. Elle fut donc plus que perplexe lorsque je lui expliquais que mon intention n'était pas de l'aider à se débarrasser de ses émotions, en particulier de celles qu'elle pensait être négatives.

« La seule manière de vous sentir en sécurité en présence de chevaux consiste à apprendre à ressentir et utiliser vos émotions comme ils le font. » Voilà le conseil que je lui donnais le premier jour. C'était un concept étrange pour une jeune femme qui avait appris que les chevaux étaient des animaux beaux et puissants, mais aussi stupides et impulsifs, ne possédant qu'un niveau très faible de ressentis. Toutefois, l'idée qu'ils pouvaient ressentir des émotions d'une manière qu'elle pouvait apprendre à comprendre lui donna un léger sursaut de confiance.

« Mon premier instructeur n'a fait qu'essayer de m'enseigner la manière de contrôler mon cheval, mais Zip semblait faire toujours exactement le contraire de ce que je lui demandais, se souvenait Joy. Il était si imprévisible que cela me rendait encore plus nerveuse. Au bout d'un certain temps, je n'étais qu'une boule de peur.

— Et si Zip ne faisait que mettre en pratique ce que vous ressentiez ? lui demandai-je.

— Alors tout ce qu'il faisait prend un sens clair, répondit-elle surprise et soulagée. »

Durant notre période de travail ensemble, Joy a appris que, pour les chevaux, les émotions ne sont ni bonnes ni mauvaises ; ce ne sont que des informations. En tant qu'animaux chassés dans la nature, il est intéressant pour eux de savoir quand un autre membre de la harde est effrayé ou d'humeur joyeuse, en colère ou dans la peine, déprimé ou satisfait. Bien que l'essentiel dans leurs relations soit lié à leur bien-être, les chevaux ne considèrent pas que les émotions dites positives sont plus importantes que les émotions négatives que les humains ont l'habitude d'essayer de réprimer. Pour ces animaux, la capacité de sentir intuitivement la peur présente dans un membre de la harde qui se trouve un peu éloigné, et le fait de pouvoir agir sans hésitation à partir de ce ressenti, est une compétence vitale. Leur capacité innée à entrer en résonance avec la confiance, la joie ou l'assurance d'un autre être est une qualité essentielle pour rester en vie. Ces créatures attentives ont développé une superbe capacité à répondre aux changements les plus subtils dans le comportement des autres chevaux autant que des prédateurs ; c'est un talent de leur espèce qu'ils utilisent facilement pour interagir avec les humains.

Dans leurs rapports avec la race humaine depuis plus de six mille ans, les chevaux sont devenus encore plus sophistiqués dans le langage non verbal des émotions. Par les expériences innombrables qui ont sans aucun doute largement marqué le champ morphogénétique équin, même le cheval le plus assuré sait que toute créature à deux jambes qui communique le langage d'une émotion pour en dissimuler une autre se révèle assez trompeuse à en être dangereuse pour elle-même ou pour les autres. Joy, comme de nombreuses personnes, appartenait à cette catégorie.

Dans son livre *Body : Recovering our Sensual Wisdom*, Don Harlon Johnson, psychosomaticien, fait observer que les personnes qui ont été amenées à douter de leurs sentiments et de leurs perceptions les plus élémentaires font partie de celles qui obéissent à leur famille, à leurs pairs ou à la politique du gouvernement sur les sujets les plus divers, même si les règles sont à l'évidence destructrices ou immorales. Concernant les abus, c'est un problème récurrent dans l'histoire des femmes. Pendant l'enfance, elles apprennent à être joyeuses, serviables, vaillantes et polies alors qu'elles se sentent véritablement tristes, apeurées, rebelles ou en colère. Personne ne leur enseigne comment gérer ou apprendre de ces « mauvais sentiments. » Il en résulte par la suite qu'elles ne sont plus capables de se fier à leur système interne de surveillance pour éviter l'homme assuré, soigné et bien habillé qui a tout un passé de violences conjugales. Lorsque ces femmes, face à l'extrême adversité, se mettent finalement en quête d'une thérapie, la coupure conditionnée culturellement entre le corps et le mental empêche de changer de schémas. Il n'est pas possible pour une femme battue de sortir des postures non-verbales de soumission et de conformité enracinées en elle depuis la petite enfance. Avec un mental fermement centré sur la liberté et une vie meilleure, elle reste inconsciente des manières dont son corps et sa personnalité sont modelés pour servir les programmes machistes et autoritaires, mis en place sans qu'elle en ait eu conscience ou qu'elle l'accepte. Les femmes sont sans cesse des proies dans la société civilisée parce qu'elles renoncent, afin d'être conformes, à cette même sagesse émotionnelle et somatique qui permet aux chevaux, aux cerfs et aux zèbres d'échapper aux attaques dans la nature.

Pour faire plaisir à tout le monde, Joy ignorait ses peurs et continuait à sauter des obstacles même si chaque fibre de son être le refusait. Réprimant ses ressentis et se soumettant complètement à son moniteur d'équitation, elle était dans l'état d'esprit idéal pour être sexuellement abusée par le garçon d'écurie qui la conduisait. Les parents de Joy n'étaient d'aucun secours. Gênés par les émotions fortes, ils ne voulaient pas entendre parler des anxiétés de Joy ; ils lui demandaient de tenir bon et d'en finir avec tout ça. En faisant davantage connaissance avec Joy, j'ai compris que les membres de sa famille comptaient sur elle pour qu'elle les comprenne, aussi elle commença à considérer les émotions des autres personnes et leur vulnérabilité comme plus importantes que les siennes.

Au cours des années qui suivirent, Joy s'arrangea pour passer d'une relation destructrice à une autre. Elle était attirée par des hommes charismatiques, extravertis et ayant des opinions bien arrêtées, qui lui faisaient la cour en lui promettant de la protéger et de prendre soin d'elle. Cachant leurs émotions derrière une façade d'homme dur, ils étaient heureux de laisser Joy faire fonctionner son intuition et répondre aux sentiments qu'ils refusaient de reconnaître eux-mêmes, tant qu'elle n'en parlait pas. Cette capacité à être en empathie avec les autres était son talent, sa contribution à la relation. De l'avis même de Joy, ses anciens compagnons ou maris qui l'avaient abusée étaient des hommes bons ayant un grand besoin de bienveillance et de compréhension. Elle n'avait pas été capable de trouver ce dont ils avaient besoin mais elle faisait des efforts pour y arriver. En dépit de plusieurs mariages ratés et de quelques aventures catastrophiques, Joy était certaine qu'elle allait rencontrer l'amour. Le problème c'était que Joy ne comprenait pas la nature de la guérison et du pouvoir véritable. Ignorant ses propres sentiments, elle avait perdu son pouvoir et elle était tombée dans les habitudes les plus insidieuses de la codépendance. En s'exprimant, en s'occupant ou en faisant sans cesse des excuses pour des sentiments que les autres ne reconnaissaient jamais, elle les empêchait de développer leur source la plus intéressante de pouvoir véritable.

Intellectuellement, Joy pouvait dissenter sans limite sur les différentes théories psychologiques sur la maltraitance et la codépendance, et pourtant elle n'avait jamais rien fait pour changer son comportement face à cela. En fait, les années de thérapie ne l'avaient pas aidée à résister aux attentions d'un homme qui s'annonçait être pire que les précédents. Un mois ou deux avant que je rencontre Joy, celle-ci était tombée sous le charme d'un homme qui ne

se reconnaissait pas comme un agresseur sexuel. Elle l'avait rencontré au cours d'un voyage d'affaires à Chicago. Cet homme charmant était autant attiré par les hommes que par les femmes ; et il avait de temps en temps la pulsion irrésistible d'aller séduire les jeunes filles. Selon Joy, il était passionnant, romantique, déprimé et vulnérable, ce qui le rendait attachant. Elle pensait qu'elle pourrait renforcer ses qualités les meilleures et résoudre ses « problèmes » par l'amour, l'affection et la compréhension.

Bien entendu, je ne savais rien de toute cette histoire le premier jour. Après avoir passé une heure à parler du passé de Joy, de ses buts, de ce qu'elle avait vécu avec les chevaux, je lui expliquais que nos leçons étaient conçues pour l'aider à rétablir un contact avec ses ressentis et à les utiliser pour collecter des informations sur des situations mal connues. Je soulignais qu'en tant qu'animal non-prédateur, les chevaux ont affiné leur relation au monde afin d'éviter d'être victimes des carnivores. En tant que femmes, nous avons besoin de faire renaître cette « sagesse de la proie » pour notre propre protection. Je lui détaillais l'image du lac derrière l'œil du cheval noir en tant que tournure d'esprit qu'elle apprendrait à obtenir par ce travail.

« Pensez à la région qui se trouve juste derrière votre œil comme à une étendue d'eau ayant la clarté du cristal, capable de refléter tout ce qui vous entoure », lui ai-je suggéré alors que nous nous dirigeons vers le corral où se trouvaient les quatre chevaux utilisés pour les thérapies au centre Epona. « Cette source est nourrie par une rivière souterraine qui permet à toutes vos émotions subconscientes, vos intuitions, et vos sensations corporelles de remonter à la surface de votre mental. Ne rejetez rien de ce qui remonte. Essayez de ne pas juger quoique ce soit comme bon ou mauvais ; laissez-les vous révéler leur message et dire pourquoi elles sont là. Et n'ayez pas peur de faire « mal ». Une interprétation erronée vous donnerait aussi des informations utiles, cela révélerait un de vos schémas de pensée, ou une de vos idées préconçues, qui altèrent la réalité. Pour changer ces schémas, vous devez d'abord être consciente de leur existence. »

En restant sagement derrière la clôture, le premier travail de Joy impliquait l'évaluation des tempéraments des chevaux présents dans le paddock. Elle devait utiliser tous ses sens et ses ressentis pour arriver à comprendre le passé et la place de chaque cheval au sein du groupe dans leur façon de s'approcher d'elle et leur comportement entre eux. Elle devait aussi faire attention à toutes les émotions, les pensées ou les mémoires que ce processus faisait monter en elle. À partir de ce qu'elle découvrirait, elle devrait choisir le cheval dont elle voulait s'occuper. Alors que Joy s'approchait du corral, Noche recula et adopta un regard détaché ; Rasa s'approcha pour renifler la main de Joy alors que Comet, une pouliche de trois ans, se plaça à côté du cheval noir, attendant avec impatience l'occasion de faire connaissance avec la nouvelle venue. La jument s'écarta soudainement et s'éloigna lorsque Hawk, un nouveau venu dans le groupe, traversa l'enclos en trotant, tendit son cou aussi loin que possible au-dessus de la barrière et mordit le manteau de Joy.

« Celui-ci est si mignon » dit-elle en riant de plaisir.

Joy était sous le charme de Hawk, un hongre de sept ans que je rééduquais pour le compte d'un client. Ce cheval, auparavant maltraité, avait été recueilli par un cavalier amateur qui s'inquiétait pour lui. Dans le but de le protéger et de compenser toute sa souffrance passée, cet homme et sa famille laissaient libre cours à toutes les peurs et petites manies du cheval, l'amenant à être si têtu et agressif que son propriétaire ne pouvait plus le monter ni même le promener autour de l'écurie. Hawk était à la limite de devenir extrêmement dangereux lorsqu'un de mes élèves décida de le prendre en charge. Sentant que Rasa et Noche pourraient aider ce hongre à se resocialiser, je l'avais placé temporairement avec les autres chevaux. Je voulais aussi observer comment il construisait ses relations avec ses pairs. À ce stade initial, il révélait qu'il se comportait presque comme un tyran. Dans un tel état de perturbation, il était très dangereux que Joy travaille avec lui, mais après avoir écouté Joy parler des hommes de sa vie, je voulais voir si elle pouvait reconnaître le danger qu'il représentait. Il s'avéra qu'elle fut tellement attirée par Hawk qu'il fallut beaucoup d'efforts pour qu'elle accepte de prendre un peu plus de temps pour examiner les autres chevaux.

Joy reconnut que Comet était le plus jeune. Elle décrivit Rasa comme un « cheval solide et, d'une certaine manière, distant et qui n'avait jamais été maltraité. » Elle supposa, à juste titre, que Noche avait été maltraité et n'avait pas confiance en elle. Elle pensait que Hawk était « très gentil, particulièrement affectueux et ouvert. »

— Nous avons eu un contact immédiat, expliqua-t-elle avec enthousiasme, c'est comme si je le connaissais déjà. C'est avec Hawk que je me sens le plus en sécurité.

— Avant de prendre votre décision, ajoutai-je par précaution, regardons comment ils se comportent entre eux lorsque quelque chose d'important est en jeu.

Je jetai une poignée de granules de luzerne au centre du paddock et tous les chevaux s'y dirigèrent. Rasa s'arrangea pour en saisir une partie avant que Hawk commence à se cabrer, à l'attaquer en lui retombant dessus et en essayant de la mordre au flan. Il botta vicieusement Noche et pourchassa Comet sur une bonne distance. Avec toute la poussière ainsi soulevée et le fourrage éparpillé, il régnait la plus vive agitation parmi les chevaux.

— Oh, mon Dieu, souffla Joy, je connais bien ce genre d'individu. Il se comporte comme la plupart des gens dans ma vie.



En discutant des résultats de cet exercice, Joy reconnut un certain nombre de schémas de pensées et de comportements qui lui attiraient sans cesse des problèmes. À tort, elle avait associé le sentiment de familiarité avec celui de sécurité. Elle s'était trompée en associant l'affection au non-respect des limites que montrait Hawk. Lorsqu'il avait mordu son manteau, il essayait de voir jusqu'où il pouvait aller avec Joy, et avec quelle facilité elle pouvait être dominée. La tendance de Joy à être séduite par des personnalités superficiellement ouvertes l'amena aussi à interpréter de travers le comportement de Rasa. La jument noire n'était pas distante ; elle avait tout juste eu l'occasion de toucher de son nez la main de la nouvelle venue en signe d'amitié et de respect avant de sentir qu'elle devait s'écarter du tyran qui arrivait rapidement.

Après avoir évalué à nouveau la situation en ces termes, Joy décida que Rasa était le cheval qu'il fallait pour une personne ayant gardé un mauvais souvenir des séances de pansage, et elle avait raison. Comme Joy reconnaissait sa propre anxiété et son inexpérience, la jument resta inhabituellement calme avec elle, si tranquille et accommodante que le brossage si hésitant et tremblant de cette femme commença bientôt à devenir harmonieux. Le visage de Joy se détendit et un sourire radieux apparut.

Au cours des mois qui suivirent, le travail de Joy avec les chevaux apaisa ses peurs et améliora considérablement la conscience qu'elle avait d'elle-même. Je remarquai que lorsqu'elle se sentait en sécurité et bien aidée, elle était capable de s'accorder avec certains états émotionnels extrêmement subtils, présents chez elle ou chez les animaux. Comme chez la plupart des personnes ayant un passé de maltraitance émotionnelle, sexuelle ou physique, Joy avait une puissante capacité d'empathie, mais son don avait été gelé dans son processus de développement. Elle ne pouvait pas utiliser cette capacité pour se protéger ou se renforcer. En fait, sa sensibilité semblait plutôt l'attirer dans des situations de maltraitance, où elle utilisait ces mêmes stratégies de chaperon, usées jusqu'à la corde, bien que cela ne fît qu'empirer les choses.

Lorsque Joy se sentait menacée, sa conscience se retirait de son corps et de ses émotions. Elle adoptait une attitude soumise, infantile, elle essayait de se faire aimer de son provocateur, s'accrochait à une vulnérabilité cachée qu'elle découvrait en lui et essayait d'être bienveillante à son égard sur ce plan-là, même lorsqu'il passait ses frustrations sur elle. Pour une petite fille, à un moment de sa vie, cela avait été une manière efficace de survivre. Ne possédant ni les ressources ni la capacité de l'assumer, la petite Joy avait les moyens d'éviter d'être délaissée ou abandonnée, une préoccupation particulièrement importante puisque son père était alcoolique et que sa mère était une grande narcissique aux tendances bipolaires non soignées. La grand-mère de Joy, la toute puissante matrone de la famille, renforçait cette position dominante en contrôlant les richesses et le standing social dont tous les autres membres essayaient de bénéficier, accordant au compte-gouttes d'éphémères encouragements à ceux qui cédaient à ses caprices en supportant ses insultes cruelles et ses comportements fantasques et manipulateurs. Son attitude compatissante et sa grande tolérance aux mauvais traitements élevaient Joy au statut de petite préférée. Elle essayait de faire plaisir, quoi qu'il lui en coûtât, s'assurant de devenir indispensable à la personne qui avait le pouvoir, ou au moins faire en sorte que cette personne la trouve assez aimable et effacée pour rester près d'elle.

Les aptitudes de Joy à prendre les autres en charge me faisaient penser à la manière dont la jeune Comet se comportait auprès des autres chevaux plus âgés. Lorsqu'elle a rejoint le groupe pour être sevrée, la poulache a très rapidement déterminé que Noche était le cheval dominant. Je l'ai vu forger une alliance avec lui dès le premier jour, en abaissant sa tête, en détournant son regard et en faisant les gestes de succion du nouveau-né, disant ainsi : « Je suis petite, faible et si gentille. Pourrais-tu prendre soin de moi ? » Et cela a marché.

Sous la protection de « Grand-père Noche », Comet pouvait faire des choses que les autres n'auraient jamais songé tenter. Lorsque Hawk prit momentanément la tête de la harde, évinçant Noche de son ancienne position de la manière la plus agressive et la plus extravagante qu'il m'ait été donné de voir ; ces deux-là sont devenus les meilleurs amis par la suite, de manière assez intéressante. Comet choisit ce tyran comme son nouvel ami. Même s'il bottait, la repoussait et la mordait sans pitié, elle revenait sans cesse, alors qu'elle avait trois ans, en se pavanant comme une petite princesse, sa tête tenue basse et de côté, lançant des regards délicats en sa direction, et dans les moments les plus appropriés, léchant, mâchant et même de temps en temps faisant des bruits de succion comme un poulain. En l'espace de vingt-quatre heures, Comet était capable de s'approcher de Hawk et de manger dans son tas de foin. Régulièrement, il continuait à la mordre et à la botter, mais cela commençait à ressembler davantage à un jeu que même Comet appréciait.

Lorsque Joy eut l'occasion d'observer ce comportement, elle se mit à rire et ajouta : « Je sais exactement ce que fait Comet. Elle ravale sa fierté et caresse l'égo de Hawk, mais elle obtient exactement ce qu'elle veut.

— Et qu'est-ce que c'est ? demandai-je.

— La protection et des privilèges de la part du cheval dominant, répondit-elle.

— Mais regardez tout ce qu'elle doit faire pour cela, dis-je, Rasa ne joue pas ce jeu-là. Elle s'éloigne et ignore Hawk lorsque celui-ci devient agressif. Lorsqu'il est calme et satisfait, il la laisse manger avec lui aussi.

— Je l'admire pour cela, admit Joy, mais Comet est en position d'avoir la meilleure nourriture, et ce, quelle que soit l'humeur de Hawk.

— Et si Comet quittait le paddock et choisissait elle-même les membres de sa harde, elle pourrait peut-être avoir la position dominante ?

— Eh bien, ce n'est pas vraiment possible, n'est-ce pas ?

— Peut-être pas pour Comet mais cela l'est certainement pour vous.

Joy me regarda en silence pendant un moment. Elle baissa les yeux, frappa du pied une motte de terre et porta son regard vers le lointain.

— Je crois que je n'ai jamais envisagé cela », dit-elle doucement.

#### TOURNER EN ROND

Rasa prit Joy sous sa protection, et pendant un certain temps, c'était exactement ce dont elle avait besoin. Le simple fait d'être en présence d'un cheval calme, intelligent et qui réagissait émotionnellement fit des merveilles pour la jeune femme. Pour se sentir vraiment en sécurité avec les chevaux, Joy avait toutefois besoin d'aller au-delà du fait de brosser la jument, de curer ses sabots, de la promener et de la caresser pendant qu'elle broutait de l'herbe. Le temps était venu pour toutes les deux d'entrer dans l'arène. Alors que le comportement sûr et ouvert de Rasa rendant la séance de pansage agréable et revigorante pour Joy, une nouvelle dynamique apparut lorsque le licol et la longe furent enlevés. Rasa commença à faire courir en rond, comme un poulain, cette jeune femme d'affaires.

« Regardez, elle me pousse et elle me suit », cria Joy, absolument enchantée. « Je t'aime, Rasa », dit-elle en se retournant et en embrassant le cheval noir sur le nez. Elles sont restées toutes les deux au centre du manège pendant un moment, se frottant l'une contre l'autre en douceur. Des larmes s'écoulaient des yeux de Joy mais son corps semblait prêt à agir. « Je ne peux pas croire que je me sente actuellement en sécurité et protégée en compagnie d'un cheval qui n'est ni attaché à un poteau ni tenu par quelqu'un d'autre, s'étonna-t-elle. Viens, Rasa, allons-y. »

Joy commença à courir et Rasa la suivait selon un rythme parfait. « Faites simplement attention de rester à l'intérieur du cercle » ajoutai-je en guise de précaution. « Ne vous placez pas entre Rasa et la barrière. Restez en contact avec votre corps et consciente de son positionnement par rapport au sien, tout le temps. » Elles trottaient toutes les deux autour du manège. La jeune femme riait puis elle sauta en l'air. En réponse, le cheval lança une ruade et partit au galop. Joy s'arrêta immédiatement, son visage passant par toutes les couleurs.

— Eh bien, dit-elle, reprenant son souffle, j'aurais pu être heurtée. Joy se dirigea vers moi, les sourcils froncés et les épaules tendues et relevées.

— Je suis vraiment idiote, déclara-t-elle l'air surpris, avec la reconnaissance et humilité d'une personne qui est passée à deux doigts de se faire écraser par un camion.

— Ne niez pas tout ce que vous venez d'accomplir simplement pour une petite faute, dis-je, tirez-en une leçon. Pensez à toute l'expérience. De très belles choses se sont passées durant un moment. Pensez simplement à ce que vous sentiez de bon et à ce que vous sentiez de menaçant. À quel moment avez-vous senti que cela était risqué ?

Le cheval noir s'était rapproché de Joy et se tenait près d'elle alors qu'elle analysait ses ressentis :

— Nous étions en harmonie et c'était magique. Rasa semblait suivre chacun de mes mouvements – ce qui était parfait lorsque nous marchions. Mais lorsque nous avons accéléré le pas, je ne pouvais plus la regarder tout en continuant à regarder où j'allais. Tout allait trop vite pour cela. Je m'amusais beaucoup mais je commençais à trouver cela dangereux. Juste avant qu'elle lance une ruade, les choses ont déjà commencé à m'échapper.

— Donc vous avez perçu le moment où les choses changeaient, et pourtant vous en rajoutiez en sautant en l'air.

— Oui, je suppose que j'étais emportée par la même excitation qui inspira à Rasa sa ruade.

— Pensez à la façon dont vous pourriez utiliser ce même ressenti dans le futur, lui ai-je expliqué, lorsque vous saviez que les choses allaient devenir incontrôlables.

Joy hocha la tête, les yeux écarquillés par la surprise.

— N'oubliez pas ce ressenti. La prochaine fois, revenez en arrière, ralentissez, décompressez, quoi qu'il se passe, changez simplement votre comportement en réponse avec cet avertissement.

— Peut-être ai-je réagi de manière exagérée, répliqua Joy, cependant je pense que c'est la manière d'agir des chevaux. Je dois simplement m'habituer à cela.

— Il ne s'agit pas de la manière d'agir des chevaux, ou de ce que je ressens comme bon, ou ce qu'un cow-boy sur

un cheval sauvage ressent de bien. Vous avez besoin de savoir ce que vous ressentez comme juste pour vous. Vous pouvez arriver au niveau où vous êtes parfaitement à l'aise au milieu d'une harde de chevaux qui ruent, mais à la seconde où vous ressentez la plus petite sensation de peur ou de doute, il est préférable que vous fassiez attention. C'est ce soi-disant « instinct spécial » qui évite aux entraîneurs les plus expérimentés du monde de se blesser.

— Pourtant, il y avait ce sentiment d'extase, de parfaite synchronicité entre nous, d'être vraiment vivante. Je ne voulais pas perdre cela. Je voulais que cela soit plus fort.

— C'est une bonne raison pour la monter, dis-je. Je peux seller Rasa tout de suite, et vous pouvez commencer à explorer ce même sens de liberté et de connexion sur son dos, là où elle ne peut pas vous taper accidentellement.

Joy réfléchit à ma proposition pendant quelques instants. Je remarquais que sa main tremblait très légèrement lorsqu'elle écarta des mèches de cheveux de son visage. Elle s'éloigna de Rasa.

— Je... je ne pense pas être déjà prête pour cela. Je suis désolée. J'ai la tête qui tourne et je me sens toute faible rien que d'y penser.

— Félicitations, dis-je, vous ressentez votre peur, vous comprenez son message et vous l'utilisez pour vous défendre. Ne vous excusez plus jamais de cela.

Joy s'excusa plusieurs fois de ses ressentis au cours de cette journée, mais au moins elle les écoutait. Reconnaisant qu'elle se sentait plus en sécurité au sol avec Rasa, Joy décida qu'il était préférable qu'elle apprenne comment utiliser la longe pour les chevaux. Comme je m'y attendais, elle eut un mouvement de recul lorsque je lui présentais le fouet.

— Oh non, je ne veux pas lui faire mal, disait-elle en le repoussant, je ne veux pas qu'elle perde la confiance qu'elle a en moi.

— Vous pouvez tuer une personne avec un couteau qui vous sert à éplucher des légumes, lui ai-je expliqué. Le fouet est un instrument de torture dans les mains de quelqu'un qui l'utilise ainsi. Vous pouvez certainement utiliser la longe sans la blesser, cependant, j'ai trouvé qu'il était plus facile pour les personnes qui apprennent cette technique d'utiliser le fouet comme un moyen de centrer leurs intentions et de transmettre les nuances qui permettent au cheval de comprendre à quelle vitesse il doit aller. Prenez-le comme une extension de votre bras et un moyen de communication qui vous permet de transmettre au cheval vos directives clairement à une distance de sécurité. N'oubliez pas ce qui vous est arrivé lorsque vous courriez trop près de Rasa.

À contrecœur, Joy me prit le fouet des mains, l'agita sans conviction dans la direction de Rasa et dit d'une voix faible :

— Allons-y.

C'est à peine si le cheval noir prêta attention à elle.

— Vous voyez ! déclara-t-elle triomphalement. Elle m'en veut déjà.

— Vraiment ! répliquai-je. Pensez-vous que vous l'auriez fait trotter en votre compagnie avec si peu d'enthousiasme ? Maintenant, ayez ce même plaisir et cette même énergie, transmettez tout cela par votre fouet et faites-la tourner dans le manège.

Cette fois Rasa prêta plus d'attention, elle commença par trotter puis elle changea de direction, se dirigeant directement vers Joy, et elle commença alors à la faire reculer. Joy agita son fouet et ses bras, et finalement c'était le cheval qui la faisait courir sur un petit cercle au milieu du manège.

— Rasa veut simplement me suivre, cria Joy, de toute évidence très agitée. C'est une insulte de l'amener à courir en rond pour notre simple plaisir.

— Vous sentez-vous insultée ? criai-je en retour. Regardez ce qui se passe. C'est Rasa qui vous fait courir. En fait, elle s'est occupée de vous pendant des jours. Elle vous a traitée comme son enfant, elle vous a protégée, elle vous a mise en sécurité, elle a joué avec vous, elle vous a câlinée et maintenant, elle vous fait galoper ! Il se peut qu'elle ait beaucoup d'affection pour vous, vous pouvez même l'amuser peut-être, mais c'est certain qu'elle ne vous considère pas comme son égale. Elle a dit « Non ! » à ces petites choses que vous lui avez demandées de faire ce matin. En cours de route vers le manège, elle vous a aisément convaincue d'arrêter pour brouter un peu d'herbe à quatre reprises. Lorsque vous lui avez demandé à distance de trotter en cercle dans le manège – et croyez-moi qu'elle sait ce que cela signifie lorsqu'une personne se place au centre du manège avec un fouet en main – elle a décidé de vous faire courir. Rasa est prête à s'activer ; je peux vous affirmer qu'elle veut dépenser un peu son énergie. Simplement, elle ne veut rien faire qui puisse vous donner l'impression que c'est vous qui dirigez. Qu'est-ce que cela vous dit à propos de votre relation avec elle ?

— Je ne peux pas le faire, marmonnait Joy, au bord des larmes.

Soudain, sa voix devint perçante et provocante.

— Je ne le ferai pas. Je ne veux pas faire partie d'un monde où vous devez claquer un fouet ou diriger la vie des autres simplement pour éviter d'être leur victime. Ce qu'il y aurait de pire pour moi, ce serait de devenir comme Granny, Bob, Michael et tous les autres. Ils pensent qu'ils sont solides mais en fait ils ont bien plus peur de la vie que moi. Je ne veux pas m'abaisser jusqu'à leur niveau.

Elle laissa tomber le fouet par terre et se dirigea vers la porte.

— Laissez-moi vous montrer quelque chose avant de partir, répondis-je tranquillement, en lui demandant de revenir au centre. En saisissant le fouet et en le dirigeant vers les hanches de Rasa, je fis quelques sons avec mes lèvres et ma langue. Rasa se dirigea vers le bord du manège et commença à trotter. Se sentant en pleine forme, elle accéléra et se lança au grand galop en faisant une ruade ou un saut de temps en temps. Des ondes de puissance et d'euphorie se propageaient dans le manège.

— Je n'aurais jamais été capable de courir avec elle et je ne voudrais certainement pas être sur son dos en ce moment, dis-je, mais j'aime participer à ce qui se passe, d'une certaine manière. J'aime le contact qui me permet de partager sa joie, être en résonance avec sa vitalité, trouver du plaisir dans la beauté de ses mouvements. J'aime ce contact qui me permet de faire cela...

Je laissai tomber le fouet et commençai à respirer profondément. En réponse, Rasa se déplaça de plus en plus doucement, passant d'une course débridée à un trot animé puis à un pas énergique. Je fis un pas en arrière puis lui indiquai le centre d'un petit mouvement de main. Les oreilles en avant et les yeux brillants, elle se plaça, haletante, près de moi et désigna avec son nez la région de ses hanches. Immédiatement, je lui rendis ce service :

— Elle me gratte le dos et je gratte le sien, ajoutai-je en guise de commentaire, bien qu'avec Rasa, c'est plus souvent son ventre.

Joy esquissa un sourire pensif et commença à caresser le garrot du cheval.

— Rasa était prête à courir, continuai-je d'expliquer, elle voulait simplement vous mettre à votre place avant tout.

— Pourquoi faut-il qu'il y ait toujours quelqu'un qui soit le patron ? » demanda Joy en secouant sa tête.

— Ce n'est pas aussi simple que cela, dis-je. Pour Rasa et moi, ce ne sont plus de véritables jeux de pouvoir. Lorsque je lui demande de faire quelque chose, ce n'est pas une question de domination ; c'est une question de communication. Mais elle doit me respecter pour être dans l'attitude mentale convenable pour m'écouter. Quelquefois, elle me convainc de faire certaines choses à sa manière et j'apprends quelque chose de nouveau en agissant ainsi. Quelquefois je dois me montrer particulièrement assurée pour la convaincre d'agir à ma façon, et elle apprend ainsi quelque chose de nouveau. C'est un échange dans une relation d'adultes, d'égale à égale. Les chevaux sont des animaux qui servent de proies mais ils ne sont pas idiots, et ils ne manquent pas de force. Ils sont beaux et puissants, et fiers de l'être, mais ils savent qu'ils doivent rester sensibles, réactifs, adaptables et observateurs s'ils ne veulent pas être mangés. Ils savent aussi, comme les proverbes le disent, que la véritable force est douce et que la véritable douceur est forte. Chaque fois que j'atteins cet état d'être en moi, Rasa fera tout pour moi, sans effort. Dans ce sens, elle est tout le temps un véritable baromètre pour moi.

— Il n'est pas nécessaire d'être un tyran pour ne pas être une victime, continuai-je à expliquer à Joy qui observait d'un regard neuf le fouet à terre. Si ce ne sont que vos deux seules options, alors, bien entendu, jouer les martyrs reste le choix le plus noble. Dans notre culture, il paraît évident que la plupart des gens, vous aussi, ont été élevés en croyant qu'on ne peut choisir qu'entre ces deux extrêmes. Ce dont je parle, c'est de la troisième voie, un choix qui n'implique aucunement que nous soyons agresseur ou victime.

— Et comment ? demanda Joy.

— Laissez-moi seulement dire que Rasa est un des meilleurs enseignants de motivation, de mise en confiance que je connaisse.

Joy prit une profonde inspiration et ramassa le fouet une fois encore. Elle le faisait rouler entre son pouce et ses autres doigts. Je voyais bien qu'elle n'avait encore aucune idée sur la manière de gagner la participation de Rasa sans avoir les tactiques que d'autres avaient utilisé sur elle-même. C'est ce que j'avais ressenti quelques années auparavant.

— L'assurance est essentiellement une matière de concentration, lui ai-je expliqué. Mais c'est aussi une question d'engagement et de projection de votre volonté que certaines personnes appellent intention.

Pour expliquer ce que je voulais dire par ces termes, je fixai de mon regard mon bras gauche et dis, de manière

catégorique, à Joy que j'allais le lever. Rien ne se passa.

— S'il vous plaît, faites-le pour moi, dis-je d'une voix plaintive. Et pourtant, il continuait à prendre le long de mon corps. Je tentai de le soudoyer, de lui faire honte, de menacer de le soumettre, je me suis mise en colère contre lui et je l'ai même tapé et pourtant mon bras n'a pas bougé d'un centimètre. Finalement, je regardai Joy, je serrai mon poing et je pliai mon bras comme si je le soulevais en faisant travailler mon biceps.

— La force invisible qui me permet de lever mon bras est la même que celle qui motive Rasa à avancer alors que je me trouve à six mètres d'elle, ajoutai-je en commentaire. Sans engager et projeter ma volonté, toutes tactiques fantaisistes, toutes ces techniques d'entraînements du monde, qu'elles soient diaboliques ou lumineuses, ne sont d'aucun secours.

Pour mieux illustrer ce que je voulais dire, je pris le fouet des mains de Joy et donnai un petit coup sur le postérieur de Rasa, tout en faisant les mêmes sons que ceux que j'avais produits la première fois que j'avais conduit Rasa. Elle resta sur place, en attente, comme s'il manquait quelque chose. J'élevai le ton de ma voix, je fis claquer le fouet, je pestai, je sautai plusieurs fois en l'air, je jetai par terre le fouet redoutable et marchai dessus. Rasa ne broncha pas. Finalement, j'agitai ma main et fis un pas en avant d'une manière calme mais cependant décidée, Rasa se mit en mouvement et se mit à trotter en rond en longeant les clôtures du manège.

« Il y a deux ou trois autres choses que vous ne devez pas oublier lorsque vous faites cela par vous-même, expliquai-je avec insistance. Rasa possède une très forte volonté. Elle sait aussi vous décentrer et vous mettre dans la confusion par toute une série de manières qui semblent anodines. En fait, c'est l'une des meilleures techniques utilisées par les proies pour échapper aux prédateurs. Dans le manège, les chevaux les utilisent pour déconcerter leur propriétaire, pour remettre ces personnes à leur place. Si votre volonté et votre concentration sont plus fortes que celles de Rasa, elle fera ce que vous demandez ; mais elle va vous tester à chaque instant. Si elle réussit à vous distraire, il se peut que vous vous retrouviez en train de faire ce qu'elle veut. »

Durant ce processus qui consistait à demander à Rasa à se déplacer en rond autour du manège à la vitesse demandée, de changer de direction, de s'arrêter à la voix, ma cliente, maintenant enthousiaste, explorait les subtilités de la volonté et de la concentration : visualiser le résultat désiré avant de faire la requête, diviser l'ensemble en une série d'étapes, définir les priorités et remarquer les moments où Rasa choisit de troubler la concentration de Joy et de prendre le dessus. Dans ce processus, Joy apprenait aussi à devenir plus assurée et à se montrer plus centrée un peu avant que Rasa ne tente de prendre le contrôle de la situation.

Par exemple, le premier objectif était de faire trotter Rasa dans le manège et, à la demande de Joy, qu'elle ralentisse et se mette au pas. Pour commencer, la jument a refusé de bouger ; puis elle a essayé de faire courir Joy. D'abord intimidée et peu sûre d'elle-même, la jeune femme tint finalement bon et repoussa même Rasa hors de son espace. Cela créa une ouverture au respect dans l'attitude de la jument et il fut plus facile de la faire avancer avec l'aide du fouet. Cependant, une fois que Rasa accepta de trotter, elle ne cessa de changer de direction, défiant ainsi la demande de Joy de tourner tout autour du manège.

« Notez à quel moment Rasa est prête à changer de direction, criai-je de derrière la clôture. Il y a une structure là-dedans, une méthode dans son caprice. » Le cheval noir changeait de sens au niveau de la porte du manège et aussi après avoir effectué un quart de cercle vers la gauche de cette porte. « Maintenant, utilisez le fouet pour faire avancer Rasa juste avant qu'elle ne change de direction. »

Lorsque Joy eut finalement réussi à faire coïncider la volonté nécessaire avec le moment opportun, elle le fit avec une telle puissance qu'elle força la jument à partir au grand galop autour du manège. Joy essaya de nombreuses commandes à la voix et des signaux pour ralentir la jument jusqu'à un trot enlevé, mais Rasa ne faisait qu'aller de plus en plus vite. Alors que la frustration de la femme augmentait, elle commença à crier de plus en plus fort, de manière très directive, quelquefois en courant vers la jument et en faisant des gestes amples et animés. Elle essaya cette tactique pendant quelques minutes, absolument inconsciente du fait que son langage corporel encourageait inconsciemment Rasa à accélérer. Par une série de questions insidieuses, je l'aidai à comprendre qu'il existait une autre alternative : s'éloigner du cheval, ralentir sa propre respiration, prendre une attitude corporelle plus détendue et visualiser Rasa se déplaçant à la vitesse désirée. Peu de temps après, la jument trottait tranquillement dans le manège.

En apprenant à reconnaître de quelle manière son langage corporel ne correspondait pas à son message, en prenant confiance en ses pouvoirs de concentration, d'intention et de visualisation plutôt que dans ses cris, ses suppliques et ses tentatives d'intimidation pour obtenir la coopération de la jument, Joy fut surprise de voir qu'elle obtenait le résultat désiré pratiquement sans effort. Elle apprenait aussi que l'assurance était en fait une forme d'art qui demandait une compréhension raffinée du rythme, la concentration, la visualisation, l'anticipation des difficultés, la réévaluation constante, la capacité à se recentrer rapidement après avoir été décentré, et la connaissance des moments où il est possible d'y aller et ceux où il ne faut pas insister.

Nous avons parlé de la tendance récurrente à penser qu'elle ne faisait pas comme il fallait, qu'elle n'était pas « assez bien. » Je l'assurais que tout cela faisait partie du processus, et que ce que Joy appelait faire des fautes comportait ces attributs importants : évaluer la situation, localiser la résistance, observer la résistance à

comprendre les différents paramètres, chercher les alternatives, essayer chaque alternative et évaluer sa réussite, harmoniser les intentions et le langage corporel, perdre l'équilibre et le retrouver. J'insistais sur le fait que toutes ces qualités avaient besoin d'être étudiées et affinées. Malheureusement, le paradigme de puissance et d'intimidation dans lequel elle avait grandi n'offrait pas souvent l'occasion de pratiquer ces talents. Si une personne était assez arrogante, assez cruelle et assez forte, c'est elle qui l'emportait ; toutes les autres deviennent alors dociles et très souvent considérées comme victimes.

Joy a pratiqué plusieurs autres exercices en compagnie de Rasa et, par l'utilisation de ces techniques et la pratique de ces qualités, elle a réussi à diriger le cheval pour qu'il se mette au trot, qu'il change de direction lorsqu'elle le demande, qu'il ralentisse et revienne au pas et s'arrête.

Elle s'émerveillait de l'assurance et de la puissance qu'elle ressentait.

« Si vous pouvez faire cela avec un être de plus de cinq cents kilos et qui est extrêmement attentif, lui dis-je, alors voyez de quelle manière vous pouvez apprendre à vous comporter avec un homme de quatre-vingts kilos, et qui n'a pas la moindre conscience de ses propres ressentis et motivations. »

## L'ŒIL DANS LE CIEL

Dans les semaines qui suivirent, la vie de Joy allait se transformer en proportion directe avec une conscience révélatrice et ne portant aucun jugement sur ses émotions tout en restant bien centrée de sa volonté. Ce sont les émotions qui ont généré le plus de problèmes. Malgré tous ses talents d'empathie, Joy continua à fluctuer dans sa capacité à évaluer ses véritables ressentis, en particulier dans les situations tendues.

Après avoir comparé attentivement sa première expérience avec Hawk et ses complaisances avec plusieurs de ses amis, des membres de sa famille ou ses ex-amants, elle comprit qu'elle ne pouvait pas affronter ce dangereux homme brun de Chicago. Elle jeta ses lettres, refusa de décrocher le téléphone lorsqu'il appelait et effaça sans attendre les messages qu'il laissait.

Toutefois, trois semaines plus tard, alors qu'elle conduisait, elle répondit en hâte à un appel sur son portable et elle reconnut sa voix sombre.

— Jason veut réellement changer, me dit-elle lorsqu'elle arriva pour sa leçon. Il a beaucoup souffert. Je veux dire qu'il a été abusé sexuellement lorsqu'il était enfant, et ça le perturbe vraiment. Il voit un psychologue en ce moment, et lorsque je lui ai parlé de ce que je faisais avec les chevaux, il était très intéressé. Il veut venir à Tucson le mois prochain, lors de ses prochaines vacances, et faire quelques séances.

— N'est-ce pas l'excuse parfaite pour vous rencontrer ? lui demandai-je.

Le coin gauche de la bouche de Joy se plissa en un sourire facétieux.

— Eh bien, je crois qu'il y a un peu de cela. Il me dit que je suis la seule personne qu'il n'arrive pas à chasser de ses pensées, qu'il est prêt à changer pour moi ou qu'il ne se pardonnera jamais. Je crois que cela peut constituer la motivation qui lui est nécessaire pour vaincre ses habitudes autodestructrices.

— Vous êtes consciente que vous entretenez des relations avec un homme qui pourrait être mis en prison pour toutes sortes de choses qu'il vous a avouées, lui répondis-je de manière catégorique. Et ce ne sont que quelques-unes des frasques qu'il a bien voulu vous raconter.

— Je suis si malheureuse pour lui, répondit Joy avec douceur, en regardant ses mains. Il est si seul. Il n'a jamais appris à communiquer avec les autres, autrement que par les relations sexuelles ; ce n'est pas de sa faute. Il a été victime lui aussi. Hawk se porte beaucoup mieux depuis que vous et les chevaux vous occupez de lui. Nous pourrions peut-être faire la même chose avec Jason.

— C'est une possibilité, ai-je admis, mais cela prendra plus de deux semaines de vacances avec vous et les chevaux. Vous ne pouvez pas le sauver, Joy, en particulier dans le contexte d'une relation amoureuse. Il recherche sans cesse l'amour parfait qui va guérir tous ses malheurs, et c'est là le nœud du problème. Jason doit apprendre à s'aimer et à avoir confiance en lui. Il doit prendre la responsabilité de ses actes et cesser de maltraiter les autres comme il a été maltraité. C'est pour lui qu'il doit changer, pas pour les autres. C'est beaucoup demander. Même s'il veut vraiment changer, il est fort probable qu'il fasse faux pas sur faux pas, et il fera du mal aux autres, en particulier à vous. D'ailleurs, vous savez bien qu'il est difficile de garder ses limites avec un maniaque sexuel, en particulier si vous le trouvez attirant.

— Nous pourrions y aller plus doucement, répondit-elle sans remarquer que ses commentaires commençaient à ressembler davantage à des questionnements qu'à des déclarations. Je peux fixer l'allure.

Tandis que Joy continuait à décrire son plan pour aider Jason, je remarquais que ma tension montait. Les muscles de mon cou commençaient à se contracter. Je me sentais dans une certaine confusion et la nausée montait, comme



si je me trouvais sur un manège qui tournait à cent à l'heure. Je voulais bondir de ma chaise et partir en courant. Quelques instants plus tard, je luttai contre l'envie furieuse de prendre son téléphone portable, d'appeler Jason afin de trouver ce que cet homme pouvait faire pour désarmer une femme à ce point par une simple conversation téléphonique.

À ce moment-là, j'ai entendu un des chevaux hennir doucement dans l'enclos et j'ai senti le vent chaud du printemps caresser mon visage. Quelque chose en moi émergea de ce bouillonnement cacophonique d'émotions, sans que j'essaie de le changer, de le réprimer ou d'y échapper. Je me suis retrouvée à regarder le lac derrière mes yeux, ce même état mental qui m'avait été inspiré par les chevaux que j'avais pressé Joy d'adopter en déterminant les messages présents derrière les ressentis perturbateurs. En balayant le paysage émotionnel reflété par cette étendue devenue tranquille, j'ai compris que la plupart des sensations appartenaient à Joy, d'une certaine manière. Mes propres ressentis tournaient autour d'une sorte de frustration concernant mon incapacité à contrôler la situation, à protéger cette femme douce et belle de ses propres habitudes autodestructrices. Il devenait de plus en plus évident que je ne serai pas capable de l'empêcher de s'offrir en sacrifice comme un agneau à la cause de Jason. Je ne serai pas capable de lui faire entendre raison, même si j'essayais de l'aider au mieux à analyser la situation.

— Joy, je ne suis pas celle qui va vous donner la permission de voir cet homme, dis-je après un long silence. Je ne peux pas vous empêcher de faire ce que vous vous sentez pressée de faire, quand bien même je trouve cela dangereux. Ce n'est pas comme si je pouvais vous enfermer dans le corral pour vous empêcher de manger trop de foin ou de courir sur une route à une heure de pointe. La seule chose que je suis à même de vous aider à découvrir, ce sont les raisons de votre attraction pour cet homme, c'est-à-dire d'élargir votre conscience de la situation. Qu'a-t-il à vous offrir ? Quels besoins comble-t-il ? Comment vous sentez-vous vraiment en sa présence ? Ce doit être quelque chose d'assez significatif pour vous faire ignorer toutes ses autres erreurs graves.

— Je ne sais pas, dit-elle, mais lorsque je pense à cela, je me sens en pleine confusion.

— Commençons par le corps. Que ressentez-vous dans votre corps ?

— Eh bien, ma tête tourne et j'ai du mal à parler, comme si quelque chose se coinçait dans la gorge. Une partie de moi veut fuir, mais mes jambes semblent sans force.

— Restez avec ces sensations, demandai-je avec insistance, bien que je puisse voir que Joy commençait à décrocher.

Sur son visage, son regard me faisait penser à Noche qui essayait désespérément de fuir un groupe de personnes nouvelles sans bouger d'un centimètre, ses yeux devenant vides, son mental battant en retraite vers quelque refuge secret dans un autre univers.

— Qu'est-ce que ces ressentis vous disent ? continuai-je à demander. Quel message existe-t-il derrière eux ?

— Je ne sais pas, essaya de répondre Joy, tout devient nuageux, il y a des nuages partout. Elle s'était assise silencieusement pour quelques instants « Je... je me sens... beaucoup mieux... maintenant.

Joy commença à intellectualiser la situation en faisant tourner dans sa tête, avec une certaine nervosité dans un flot de paroles, son enfance malheureuse, ses relations avec son père et des détails sur ses mariages.

Dix minutes plus tard, elle arriva à conclure, de manière correcte et cependant singulièrement sans cœur, que sa relation avec Jason était une manière de compenser l'aide qu'elle n'avait pas pu donner à d'autres personnes auparavant ; c'était la raison pour laquelle elle voulait réussir à soigner un homme particulièrement perturbé.

— Je sens que je suis son dernier espoir, conclut-elle. Il y a quelque chose en lui qui est si doux, si sensible, qui refuse de se pardonner des choses sur lesquelles il n'a aucun contrôle. C'est comme s'il vivait un horrible cauchemar et qu'il ne pouvait pas se réveiller. Il recommence sans cesse à faire les mêmes choses terribles, des choses qui lui permettent de se sentir mieux pendant un moment mais qui, finalement, ne font qu'empirer son état. Seulement, il ne peut pas arrêter de lui-même.

— Comment pouvez-vous savoir tout cela d'un homme que vous n'avez rencontré que quelques fois ? demandai-je.

— Je suppose que c'est surtout ainsi que je le sens, répondit Joy.

— Pourquoi ressentez-vous cela ?

— Parce que... je suppose... j'ai ressenti ces choses... moi-même.

Joy semblait vouloir s'enfuir mais elle s'assit, aussi immobile qu'une statue, la lumière derrière ses yeux commença à se dissiper doucement en un état de dissociation sans expression.

Elle se retirait de son corps pour éviter ses ressentis.

— Restez avec moi, maintenant, dis-je. Que ressentez-vous ?

— Je ne sais pas, dit-elle, je suis probablement loin de tout ça ; peut-être ne puis-je pas l'aider.

— Voyez-vous ce que vous faites ? Lorsque vous commencez à avoir accès à vos sentiments, vous mettez votre attention sur quelqu'un d'autre. Vous êtes toujours plus concernée par ce que les autres ressentent et par la manière dont vous allez les aider. Pourtant, vous m'avez avoué qu'à un certain niveau, vous êtes tout autant enfermée dans votre cercle solitaire de victimisation. Vous êtes en résonance avec Jason par les ressentis que vous avez en commun, mais qu'en est-il de la partie de Jason avec laquelle vous n'avez rien en commun, comme sa capacité à manipuler les hommes, les femmes et même les enfants pour ses propres gratifications sexuelles, puis à les abandonner cruellement ensuite. Vous reflétez un petit espace que vous avez en commun et vous construisez une histoire idéaliste avec une belle fin. De cette manière, il apparaît un peu comme un esprit éthéré, mais souvenez-vous de votre brève expérience avec Hawk. La familiarité n'a rien à voir avec la sécurité. Vous n'avez aucune chance d'aider une personne comme Jason à sortir du triangle victime-prédateur-sauveteur, alors que vous oscillez sans cesse entre le fait d'être une victime et le sauveteur. La seule manière de sortir de votre propre cauchemar consiste à prêter attention à tous vos ressentis, au moment présent. En fait, je vais arrêter mon discours et je vais demander à Noche de vous aider à travailler là-dessus.

Joy était dans un tel état de dissociation que j'avais décidé de la laisser panser le cheval bai en espérant qu'il puisse l'aider à mieux comprendre de quelle manière elle perdait contact avec elle-même lorsqu'elle se sentait menacée. Je sortis Noche du paddock et je l'attachai de telle sorte qu'il puisse bouger si les émotions de Joy se révélaient trop intenses pour lui. Je plaçai la boîte de pansage à un bon mètre devant le poteau d'attache afin qu'il ne butte pas dedans accidentellement et ne prenne pas peur. Joy prit une brosse et s'avança doucement vers lui, en lui parlant doucement et en utilisant le ton de voix le plus agréable et le plus rassurant possible. Son langage corporel était celui de la détente, dénué de menace, et pourtant le hongre plia ses oreilles vers l'arrière et fit des embardées, à la limite de ce que la longe lui autorisait. Noche, roi de la dissociation en présence d'êtres humains, était inhabituellement en alerte.

— Il est très tendu, dit-elle, pleine de peur.

— Que ressentez-vous ?

— Je ne suis pas à l'aise pour l'approcher parce que je sais qu'il a peur. Je veux dire que je sais qu'il a peur et qu'il ne fait pas confiance aux personnes nouvelles, et je veux qu'il se sente en sécurité en ma présence.

Alors, elle s'adressa au cheval comme on s'adresse à un bébé : « Pauvre Noche, je sais, je sais. Tout va bien se passer. »

Je me suis approchée de Noche et je l'ai rassuré en silence, le ramenant au centre du poteau d'attache. Il se tint tranquille jusqu'à ce que Joy s'approche à nouveau. Une fois encore le cheval bai broncha et s'éloigna de cette femme aux manières un peu affectées comme si elle allait le frapper avec un bâton.

— Il y a quelque chose qui se passe pour vous, Joy, réitérai-je avec insistance, c'est sûr, autrement Noche ne se comporterait pas de la sorte. Lorsque vous travaillez avec un cheval qui a été battu, vous devez savoir tout le temps ce que vous ressentez. Comme une personne qui a été maltraitée, Noche est hypersensible à la pression sanguine, aux tensions musculaires, au rythme respiratoire et à toutes les émotions réprimées de quiconque l'approche.

Je remarquai que Joy paraissait affolée. J'essayai de ramener Joy au travail avec cette simple question :

— Pourquoi en est-il ainsi, d'après vous ?

— Parce qu'il est tout le temps effrayé, répondit-elle rapidement.

— Non, il y a un sens à cela, expliquai-je avec énergie. Qu'ils aient deux ou quatre jambes, les êtres maltraités tendent à devenir hypervigilants. Cela signifie qu'ils mettent leurs sens en plein éveil pour évaluer le niveau d'excitation des autres. De cette manière, un cheval méfiant comme Noche peut dire dans quel état se trouve l'autre bien longtemps avant que cet autre puisse s'approcher et le blesser. C'est une des raisons qui explique que vous pouvez être en empathie avec les autres. C'est un mécanisme de défense très puissant. En tant qu'animal chassé, Noche disposait de cela dès le début, mais ses expériences antérieures avec des cavaliers violents ont aiguisé cette capacité et, d'une certaine manière, cela a pris des proportions extrêmes.

Joy, hocha la tête de manière pensive.

— Vous avez raison, dit-elle après un moment de réflexion. Je pouvais toujours dire à quel moment ma mère allait se mettre en colère et devenir infernale avant que cela ne se produise effectivement. Je me souviens que je regardais ses jambes se croiser rapidement alors qu'elle allait et venait dans toute la maison. Je me tapissais sous une table placée dans un coin du salon, et restais aussi silencieuse que possible pour qu'elle ne me remarque pas.

— Comment contrôliez-vous votre peur ?

— Je ne me souviens pas. Je sais que je devais rester absolument immobile, sinon j'aurais déclenché une colère.

— Donc vous avez appris à vous connecter aux émotions qu'avait votre mère avant même que celle-ci les exprime, tout en réprimant votre propre anxiété et votre insécurité.

Une fois encore, Joy hocha de la tête, ses yeux étaient devenus à nouveau lumineux par le pouvoir que cette puissante compréhension lui offrait.

« C'était beaucoup demander pour une petite fille, dis-je. C'était une véritable stratégie de survie, à l'époque. Mais, afin d'espérer pouvoir brosser Noche aujourd'hui, vous allez devoir vous occuper des émotions de manière différente. »

La lumière dans les yeux de Joy disparut soudainement. Elle pinça ses lèvres et elle commença à froncer des sourcils. « Ne vous inquiétez pas, dis-je, vous n'allez rien perdre dans l'affaire. N'oubliez pas, Rasa n'a jamais été maltraitée mais elle aussi peut dire à distance ce que ressentent les personnes ; simplement, elle ne répond pas aux émotions fortes de la même manière que Noche. Rasa résistera si vous n'êtes pas dans une cohérence émotionnelle, comme vous l'avez déjà vu, mais tout ce qui vous reste à faire, c'est de devenir cohérente avec vos émotions. En d'autres mots, vous n'avez qu'à lui montrer que vous savez ce que vous ressentez pour arriver à la calmer. Vous pouvez même avoir peur ou être en colère alors que vous êtes près d'elle, et elle fera en sorte que vous vous sentiez mieux. C'est ce qui fait que c'est un superbe cheval pour la thérapie. Si vous devenez un peu plus comme Rasa, il se peut que vous puissiez aider certaines des personnes maltraitées que vous semblez attirer. »

Je peux dire que j'avais « touché le gros lot » avec cette dernière phrase. Ma cliente, qui était auparavant quelque peu perdue, m'écoutait maintenant avec une vive attention. De multiples manières, verbales ou non-verbales, Joy insistait pour dire que son besoin d'aider les autres était bien plus qu'un simple mécanisme de défense. C'était un appel. J'avais déjà vu qu'elle possédait l'intelligence, l'empathie, l'intuition et la résistance aux émotions fortes, ce qui pouvait faire d'elle une excellente thérapeute. Je pensais que les chevaux pouvaient l'aider à développer ses qualités encore plus en profondeur, tout en reflétant les schémas comportementaux destructeurs qui la retenaient.

— Vous devez être calme pour rassurer Noche, continuai-je. Il ne veut pas que vous soyez proche de lui si vous avez peur ou si vous êtes en colère. Ces émotions le plongent dans ses propres problèmes non résolus et vraisemblablement stimulent les souvenirs des mauvais traitements du passé. Habituellement, il se dissocie, ce qui est simplement une manière de s'enfuir mentalement lorsqu'il ne peut pas fuir physiquement. Pour une certaine raison, il fait tout son possible pour accroître la distance qui vous sépare, en dépit du fait qu'il est attaché. Cela me dit que Noche se soucie réellement de quelque chose. Que pensez-vous que cela puisse être ?

— Peut-être ai-je peur de lui ? demanda Joy faiblement.

— Avez-vous peur de lui ?

— Peut-être ai-je peur de lui faire du mal, répondit-elle avec désinvolture. Puis, s'adressant à Noche, elle lui dit combien elle était désolée pour la petite voix douce qu'elle avait prise en lui parlant comme à un bébé.

— Pour travailler avec Noche vous devez vous approprier vos ressentis, dis-je ouvertement troublée par son attitude. Si vous ne le faites pas, il continuera à réagir à l'anxiété que vous portez et il peut réagir sans pitié. Lorsque vous vous occupez d'un cheval qui a été maltraité, et c'est la même chose pour un être humain, vous ne pouvez pas espérer aider quelqu'un à guérir son propre trauma si vous le faites « exploser » par inadvertance avec vos émotions inconscientes, et si ensuite vous faites une crise et tombez dans un état de dissociation ; et c'est ce que vous faites tout le temps.

— Je sais, répondit Joy un peu trop rapidement, mais que puis-je faire ?

— Vous pouvez vous observer afin de découvrir ce que vous ressentez. Ensuite, vous pouvez faire un autre pas. Vous pouvez apprendre à relâcher ces émotions sans les réprimer. Ne décidez surtout pas que vous n'allez plus du tout agir par peur ou par colère. Cela ne marcherait pas avec Noche et cela ne marcherait pas non plus avec un être humain maltraité et qui aurait survécu en ressentant aussi l'hostilité présente derrière des visages souriants. En fait, vous devez ne pas être effrayée ou en colère.

— Eh bien, dit Joy ! Elle roula des yeux et poussa un grand soupir, complètement dépassée par la proposition. Comment puis-je faire cela ?

— Vous écoutez le message derrière l'émotion et vous y répondez. Si vous avez peur, par exemple, vous avez besoin de localiser la menace et vous vous mettez en sécurité. La colère vient habituellement lorsque quelqu'un ne respecte pas vos limites personnelles, d'une manière ou d'une autre. Vous avez besoin de savoir qui a franchi cette limite et vous devez rétablir une frontière qui vous mettra à l'aise. La capacité à savoir ce que vous ressentez, à saisir le message qui se trouve derrière et à y répondre rapidement et efficacement est appelé la mobilité

émotionnelle. Pour travailler avec Noche, vous devez développer un certain niveau de mobilité émotionnelle et vous n'y arriverez jamais si vous passez votre temps à fuir vos ressentis ; ce qui veut dire, dans votre cas, de détourner votre attention des émotions des autres. Donc, il n'est pas question de « Pauvre Noche, il a été battu ! » C'est un cheval âgé de vingt-cinq ans ; cela représente l'équivalent de soixante-quinze ans chez l'homme. Il a une grande d'expérience de la vie et beaucoup de sagesse. Ce n'est pas un bébé et vous ne pouvez pas le mater pour le rassurer, surtout lorsqu'il ne fait que répondre à des ressentis que vous ne voulez pas prendre pour vôtre.

— Mais je ne ressens rien ! siffla Joy comme si elle voulait crier et chuchoter en même temps.

— C'est parce que chaque fois que vous vous sentez menacée, vous perdez tout contact avec votre corps et vos émotions. Vous vous dissociez.

— Je ne suis pas encore sûre de comprendre ce que cela signifie.

— Le fait de vous dissocier, c'est comme si vous vous arrachiez un œil, vous le lanciez dans le ciel et que vous investissiez toute votre attention dans ce seul point de vue, déconnecté, irréel et idéaliste, afin de pouvoir ignorer toutes ces choses terrestres, inconfortables et déplaisantes qui continuent à se dérouler en dessous. De ce point de vue, votre mental peut créer toutes sortes de petites histoires sur la façon dont les choses devraient être ou seront dans un futur plus ou moins lointain, lorsque vous gagnerez à la loterie, obtiendrez votre premier rôle dans un grand film, trouverez l'homme parfait qui vous protégera de tout cela, prendrez soin de l'homme avec lequel vous vous trouvez pour le transformer en parfait époux.

Joy sourit d'un air penaud et regarda vers le sol.

— Nous faisons tous de la dissociation, dans une certaine mesure, ajoutai-je de manière rassurante. Par exemple lorsque nous traversons en voiture la ville à l'heure de pointe et que nous nous retrouvons soudainement dans notre bureau sans trop de mémoire sur ce que nous avons fait pour y arriver. Pendant ce temps, nous avons rêvassé sur ce qu'il fallait faire pour que ce directeur de marketing égotiste et bon à rien soit remercié et prendre sa place. Au cours de situations extrêmes, comme la torture ou le viol, la dissociation est un instinct de survie qui s'enclenche lorsque la victime ne peut rien faire d'autre. Si vous ne pouvez pas lutter ou fuir une situation particulièrement horrible, une certaine partie de votre attention se retire de votre corps, comme quand vous étiez capable de rester complètement immobile lorsque votre mère était en rage. J'ai aussi remarqué que vous vous êtes dissociée lorsque vous avez commencé à accéder aux ressentis que vous avez par rapport à Jason. Vous avez dit que tout devenait brumeux, que vous étiez dans les nuages. Vous souvenez-vous de quelle manière vous vous êtes sentie soudainement mieux ? Vous avez commencé à analyser votre passé mouvementé avec une absence totale de passion. Puis vous êtes sortie de là avec tout un tas de notions idéalistes sur la manière par laquelle votre amour sauverait un maniaque sexuel chronique qui, en réalité, pourrait être arrêté et mis en prison n'importe quand. Ce qui vous a aidée pendant l'enfance vous perturbe sans cesse en tant qu'adulte car la dissociation n'est pas une stratégie d'assistance appropriée sur du long terme. Si vous avez l'habitude de vous retirer lorsque vous vous sentez menacée, vous risquerez toujours d'être violée, d'une manière ou d'une autre, parce que vous avez perdu le contact avec votre système d'alarme interne qui vous dit de vous mettre à l'abri du danger. »

— Pensez-vous vraiment que je suis en danger ? demanda Joy comme si la question ne lui était jamais venue à l'esprit.

— C'est vous qui avez passé quelque temps en compagnie de Jason, ai-je fini par dire. Descendez votre attention de là-haut et écoutez ce que vos tripes vous disent.

J'ai coaché Joy sur une technique d'enracinement que j'utilise avec différentes personnes au cours de mes ateliers et en séances individuelles. Cela se rapproche, assez bizarrement, d'une technique d'art martial appelée la posture du cheval. Joy se tenait debout, les pieds écartés d'une distance égale à la largeur de ses épaules, les doigts de pieds légèrement dirigés vers l'intérieur, les genoux un peu fléchis et les bras bien détendus le long du corps. Elle respirait profondément dans le ventre.

— N'essayez pas de changer quoi que ce soit, lui ai-je demandé. Simplement, passez tout votre corps en revue et dites-moi ce que vous ressentez.

— Je suis un peu étourdie, dit-elle non sans hésitation, en fermant les yeux et en grimaçant comme si elle avait mal. Mes jambes semblent sans force, mon ventre est très agité et ma gorge semble bloquée.

— Respirez dans l'endroit où vous ressentez le plus de tensions et d'inconfort. Permettez à ce ressenti de grandir. Demandez-lui pourquoi il est là, ce qu'il signifie. Si vous ne pouvez pas obtenir un message spécifique, dites-moi simplement la première pensée ou le premier souvenir qui vous remonte à l'esprit.

— Je pense à la venue de Jason, dit-elle. Cela me rend nerveuse. J'ai l'impression d'avoir envie de m'enfuir.

— Restez avec ce ressenti. Laissez-le grandir avec chaque inspiration et souriez-lui à chaque expiration, non pas parce que vous voulez paraître heureuse mais parce que vous reconnaissez ce ressenti comme vrai. C'est votre ami,

il porte une information importante pour vous. Que dit-il ?

— Oh, mon Dieu, dit Joy en ouvrant les yeux. Je suis terrifiée ; je suis terrifiée par Jason !

— Qu'est-ce que vous pourriez changer dans la situation et qui vous mettrait d'être plus à l'aise ?

— Je ne sais pas ; je ne sais pas. Je me sens si étourdie. Il faudrait que je m'asseye quelques minutes.

— Restez avec ce ressenti pendant quelques secondes encore. Vous pouvez le faire. Je sais que vous pouvez. Que se passe-t-il si vous demandez à Jason de ne pas venir le mois prochain à Tucson ? Imaginez que vous êtes en train de lui dire cela maintenant. Comment sentez-vous votre corps en faisant cela ?

— Cette sensation de contraction se dissipe, répondit Joy. Ses traits s'adoucirent pour un moment puis son visage prit une expression trouble et déchirée de regrets et d'inquiétude. Je déteste l'idée de lui dire de ne pas venir. Maintenant plus que jamais, je pense que ce travail pourrait l'aider.

— Nous ne nous occupons pas de Jason pour l'instant, ai-je souligné. Sachez simplement qu'il ne devra pas venir ici avant que vous ne vous sentiez bien avec cette idée. Ne faites aucun plan au-delà de cela.

Joy dit qu'elle pouvait vivre avec cette alternative en sachant que c'est une situation temporaire, et après quelques minutes supplémentaires de respiration profonde, son étourdissement s'envola. Je lui mis la brosse entre les mains et elle s'approcha de Noche. Cette fois-ci, ce sage et vieux mustang se tint parfaitement immobile pendant qu'elle le pansait avec attention. Joy disait à quel point elle se sentait légère et combien Noche était sage et intuitif. Progressivement, mais sûrement, la conversation revint aux propos concernant la manière dont Jason pourrait bénéficier de ce travail. Soudain, le cheval bai recula à la limite permise par la longe et se plaça sur le côté.

— Qu'est-ce qui se passe ? souffla Joy.

— Quelque chose a changé, lui ai-je répondu. Voyez-vous quelque chose dans l'environnement qui puisse lui avoir fait peur ?

Une douce brise faisait bruire les arbres au-dessus de nous et les autres chevaux continuaient à somnoler au soleil.

Ni Joy ni moi-même ne pouvions voir quoi que ce soit qui ait pu provoquer une telle réaction chez Noche.

— Alors regardez ce qui se passe dans votre corps, lui ai-je conseillé vivement.

Joy se mit dans la posture du cheval et commença à respirer profondément.

— Eh bien, je suis encore étourdie ; mon estomac est entièrement noué et mes jambes semblent faibles, estima-t-elle bien plus rapidement cette fois-ci.

— Quelle émotion associez-vous avec ces sensations maintenant ?

— La peur ; la terreur.

— De quoi parliez-vous au moment où Noche s'est écarté de vous ?

Joy était agitée, presque en colère pendant un instant. Puis ce fut comme si elle se dégonflait ; ses épaules retombèrent et elle parut embarrassée, vaincue.

— Jason, dit-elle d'une voix faible alors qu'elle s'éloignait du cheval et ainsi que de moi. Je pensais qu'elle allait pleurer mais elle retint ses larmes. Elle me regarda malicieusement du coin des yeux.

— Saviez-vous que cela pouvait se passer ainsi ? murmura-t-elle, en essayant de comprendre la situation. Saviez-vous que Noche pouvait réagir de la sorte ?

— Pour vous dire la vérité, lui répondis-je en tournant ma tête avec incrédulité, je n'en avais absolument aucune idée.

#### LE CHEVAL INTÉRIEUR

Joy passa une bonne demi-heure à travailler avec son thérapeute à quatre jambes. Pendant cette période, elle s'accoutuma très bien à la technique d'enracinement, elle évaluait ses sensations corporelles en leur permettant de s'amplifier et de révéler leurs messages, changeant en réponse une pensée, un objectif ou une limite, libérant ainsi l'émotion sans effort et finalement revenant à un état de calme. Noche agissait comme un baromètre ajusté avec beaucoup de sensibilité, qui ne lui permettait de s'approcher que lorsque les plus petites parcelles de peur ou de colère avaient disparu de son système. De temps en temps, j'attirais l'attention de Joy sur Jason, et chaque fois, immanquablement, Noche se dérobait, indiquant par là que la seule suggestion de ce nom était suffisante pour faire

monter de l'anxiété chez Joy. Dans ses efforts pour se libérer de la tension, Joy réfléchissait à toutes sortes de manières qui lui permettaient d'être en contact avec Jason en toute sécurité, mais le cheval gardait toujours ses distances. Le fait de dire à Jason de ne pas venir à Tucson et de couper tout contact avec lui, suffisait à réduire l'agitation chez Joy afin qu'elle puisse entrer dans la zone d'acceptation de Noche.

Nous avons détaché Noche pour qu'il puisse se promener librement sur la propriété et brouter un peu d'herbe, et pendant ce temps je m'asseyais avec Joy sous un arbre pour analyser le résultat de cette leçon intense et cependant impromptue.

Alors qu'elle finissait par reconnaître qu'elle devait rester à l'écart de Jason pour préserver son bien-être, Joy commençait à avoir de la peine pour lui, une fois encore.

— Ce matin, j'ai eu connaissance du cas le plus extrême de maltraitance et de négligence que j'ai pu rencontrer depuis bien longtemps, dis-je en interrompant ainsi un nouveau soliloque sur ce « pauvre homme ».

— Où ? Ici, au Ranch ? demanda Joy.

— Oui, malheureusement, ici même. Vous avez du mal à le croire ? La pauvre créature était dans une panique absolue alors que son propriétaire la mettait dans des situations qu'elle refusait de toutes les fibres de son être, une situation dont elle avait tout juste échappé une fois auparavant. Tout son corps tremblait de peur et aussi de colère d'avoir parce que ses besoins les plus basiques ont été tellement négligés, au point où j'ai été tentée d'appeler une association de protection. Mais là encore, aucune association ne peut prétendre d'une quelconque juridiction sur l'âme humaine.

Mon élève ne saisissait pas la métaphore :

— Oh, mon Dieu, qu'avez-vous fait ?

— Je parle de vous, Joy. L'identité consciente de votre être intérieur plein de grâce, de sensibilité et de talent n'est traitée en aucune manière différemment de la manière dont le mauvais propriétaire précédent avait traité Noche. Imaginez une personne brutalisant cette magnifique créature intelligente qui vient juste de vous apprendre sur vous-même plus qu'aucun psychologue ne l'a jamais fait. Imaginez une personne qui puisse le taper sur la tête comme un minable et le traiter de stupide.

En réponse, Joy tressaillit.

— Vous vous maltraitez vous-même de cette manière tout le temps, lui dis-je, et vous laissez les autres le faire. Pensez-vous vraiment que je tolérerais ce genre de violence et de négligence de votre part alors que je ne laisserai personne torturer un cheval. La colère et la panique qui rayonnaient de votre corps étaient si puissantes que j'ai eu l'impression de suffoquer et d'être battue de l'intérieur. Des émotions aussi fortes ne peuvent pas être résolues par la répression ou l'expression. Le comportement qui les génère doit changer.

— Vous avez la capacité d'être une personne qui soigne par l'empathie, que vous choisissiez ou non de l'utiliser de manière formelle. Mais vous ne pouvez pas aider les autres en vous sentant désolée pour eux et en leur cédant à vos propres dépens. Vous ne ferez que tuer la partie talentueuse de vous-même avec la négligence et les mauvais traitements que vous vous infligez. S'il vous plaît, écoutez votre corps, vos émotions et votre âme, et non pas le conditionnement distordu auquel est parvenu votre mental conscient. Votre survie même dépend des efforts que vous faites effectivement pour changer et non pas des simples discussions sur le sujet tout en ignorant ou en ravalant les émotions fortes que vous n'écoutez pas vraiment.

Joy parut choquée pendant un moment et cependant, plutôt que de se dissocier, son regard refléta un moment le sentiment de compassion le plus sublime qui soit. Elle se remua sur son siège avec un certain inconfort, gênée de toute évidence par certaines des choses que je venais de lui dire. Elle restait cependant bien présente et attentive.

— Je suis comme l'un de ces chevaux, admit-elle, et quand c'est à mon tour, je suis un vieil entraîneur sadique, c'est vrai. Je n'avais jamais pensé à cela de cette manière auparavant.

— Comme la plupart des personnes agressives, on vous a appris à être ainsi, ai-je reconnu. Vous l'avez simplement détourné sur vous-même pour ne pas blesser les autres. Votre cœur est déjà à la bonne place. Vous avez besoin d'un changement dans votre perception. Lorsque vous vous trouvez dans une situation explosive, devenez un cheval. Regardez attentivement le lac qu'il y a derrière vos yeux. Examinez votre environnement sans juger ni idéaliser les autres. Sentez les rivières de vos connaissances physiques, émotionnelles et intuitives remonter à la surface. Laissez la force sauvage, sensible, puissante, et cependant tranquille de votre âme vous mener, maintenant et toujours. La femme qui s'unit au cheval intérieur, qui respecte et écoute la sagesse de la proie, ne peut ni se maltraiter ni maltraiter les autres, et de même, il deviendra beaucoup plus difficile pour les autres de lui faire du mal.



## CHAPITRE VI

### LA POLITIQUE DE L'INTELLIGENCE

Tous les cow-boys n'utilisent pas la méthode qui consiste à « casser » un cheval pour le débourrer. Buck Light fait partie de ceux qui ont rejeté cette « brutalité nécessaire » pour choisir la voie de la collaboration respectueuse. Cependant, à la différence de Monty Roberts, John Lyons, Ray Hunt, Pat Parelli et quelques autres cavaliers de style Western qui vivent maintenant en écrivant des livres et en animant des ateliers spécialisés, Buck se contente de chevaucher dans les prairies et de s'occuper de ses chevaux sans chercher à se faire connaître. À sa manière, avec douceur et modestie, il m'a enseigné une série de leçons qui se sont révélées être des clés essentielles pour dévoiler les mystères des interactions entre les chevaux et les humains.

Buck travaille dans un ranch d'élevage dans le sud de l'Arizona. Je l'ai connu par l'intermédiaire de sa femme, Dana, elle-même remarquable formatrice et membre fondateur du Centre Epona. Au cours d'un dîner, elle mentionna fortuitement que les chevaux de son mari agissaient comme s'ils étaient un peu plus intelligents que les chevaux montés par les autres cow-boys. Lorsque Buck est arrivé dans cette ferme, au début des années quatre-vingt-dix, les cow-boys menaient leurs chevaux selon le principe de l'intimidation et de la domination, à coup d'éperons. Leurs chevaux étaient en alternance apathiques, sans expression et très agités. Ils étaient aussi sujets à de soudains accès de panique absolue dans des situations nouvelles lorsque le cavalier avait besoin d'avoir davantage confiance en sa monture. Ces chevaux semblaient fonctionner à un niveau purement instinctif. Ils agissaient vraiment de manière stupide, ce qui permettait aux cavaliers de les traiter de « bêtes. »

Grâce à une série d'expériences fondamentales en tant qu'entraîneur pour chevaux dans le Wyoming, Buck en est arrivé à prendre en considération l'intelligence émotionnelle et intellectuelle de ses partenaires chevaux par une approche basée davantage sur l'intelligence du cœur et du cerveau. Ses chevaux étaient alertes et grégaires, et cependant détendus et réfléchis dans leur travail. De plus, ils se disputaient pour être choisis le matin pour partir avec Buck, même si cela impliquait généralement huit à dix heures de monte.

Le travail quelquefois épuisant qui consiste à parcourir des kilomètres sur des sentiers pour des réparations ou pour rassembler des troupeaux en liberté demande à ce que chaque cow-boy ait plusieurs chevaux montés à tour de rôle. Durant leurs jours de repos, les chevaux de ces cow-boys sont réunis dans un pâturage et ils ont suffisamment de temps pour se comporter comme une harde. De manière assez étrange, chaque fois qu'un cheval, préalablement monté par un autre cow-boy, faisait partie des chevaux montés par Buck, ce cheval montait immédiatement en niveau social au sein du groupe. Ces chevaux semblaient avoir décidé que le fait de transporter Buck sur le dos toute une journée était une distinction prestigieuse au sein de la harde. Cela avait peut-être plus à voir avec le fait que ces chevaux, auparavant apathiques et menés par leurs instincts, s'éveillaient et se souciaient de leur place dans leur monde après avoir vécu le respect transmis par les rênes souples et bienveillantes de Buck.

Quoi qu'il en soit, vous pourriez penser que les autres cow-boys faisaient la différence et adoptaient une attitude proche de celle que Buck avait dans ses relations avec les chevaux. Avec le temps, nombre d'entre eux l'ont fait. Durant la première année de travail de Buck dans ce ranch, de nombreux cow-boys résistaient aux nouvelles perceptions intuitives de leur patron. Ils avaient investi une trop grande part de leur ego à faire des rodéos avec de jeunes hongres effrayés en essayant de transformer une créature de cinq cents kilos en zombie automatisé. Certains semblaient prendre un plaisir sadique à frapper un cheval sur la tête et à lui dire qu'il était stupide lorsqu'il paniquait en éjectant son maître et en le laissant dans la poussière après avoir été soi-disant débourré, ou « cassé » selon leur expression.

C'est la politique de l'intelligence dans le domaine équestre et elle n'est pas limitée au comportement machiste de certains cow-boys. Le responsable de l'entraînement de la ferme d'élevage de Wolverton n'est certainement pas le seul cavalier expérimenté que j'aie rencontré à s'accrocher à l'idée que ces animaux sont des machines biologiques incapables de véritables pensées et ressentis. C'était cette profonde frustration face à la vanité humaine qui m'a motivée à explorer les complexités de l'intelligence et du fonctionnement cérébral des chevaux. Avec le temps, j'ai collecté les preuves scientifiques et anecdotiques qui suggéraient que les chevaux ont une mémoire incroyable, que les émotions jouent un rôle considérable dans leur processus d'apprentissage et que ces animaux possèdent une forme d'activité neurologique essentielle pour créer le génie chez l'être humain.

En travaillant avec des personnes ayant des handicaps physiques ou mentaux, j'ai découvert que celles-ci étaient sous le joug de cette même politique de l'intelligence. Ces êtres humains, extrêmement sensibles, avaient été tout simplement empêchés à cause de difficultés sur le plan physique ou sensoriel, par ignorance ou préjudice. Avant la fin du xx e siècle, ils étaient habituellement déshumanisés et maltraités par le système, parqués et enfermés dans des institutions aussi débilatantes sur le plan émotionnel et spirituel que peuvent l'être les écuries les plus lugubres. Après avoir été bénévole dans un centre d'équitation pour les personnes souffrant d'un problème cérébral, d'un retard mental quelconque, ou autistes, j'ai été fort intéressée par la perspective d'être en leur compagnie de façon plus proche.

Lorsque l'occasion s'est présentée pour moi de travailler en tant qu'animatrice de groupe dans une agence de Tucson, j'ai trouvé que la manière d'être en relation avec mes clients à quatre jambes les plus difficiles s'appliquait

aussi à mes clients à deux jambes. Les adultes que j'aidais se comportaient de manière assez comparable aux chevaux maltraités, et je crois que les racines de leurs déboires étaient les mêmes. Ces personnes n'ont en général pas leur voix dans la société. Il leur est pratiquement impossible de se développer dans une atmosphère de compétition basée sur la logique et elles ne sont certainement pas performantes dans les tests d'intelligence qui affichent un tel parti pris. Comme les chevaux que Buck Light avait rencontrés dans le ranch, ces personnes agissent de manière stupide parce qu'elles sont traitées comme si elles l'étaient réellement. Lorsqu'on leur accorde le respect, la souplesse et le soutien ouvert qui leur permettent de développer leurs propres visions, les personnes ayant un handicap mental ont prouvé être beaucoup plus intuitives et talentueuses qu'on veut bien le supposer, et elles ont beaucoup à nous enseigner à ce sujet.

Lorsque j'ai commencé la thérapie facilitée par les chevaux, j'ai voulu connaître les défis auxquels ces personnes devaient faire face dans leur quotidien, aussi ai-je pris un emploi à mi-temps auprès d'un groupe d'adultes handicapés mentaux ayant aussi des problèmes d'audition. Je ne connaissais pas le langage des signes mais j'avais obtenu ce poste sur la recommandation d'une collègue du Centre Epona qui avait travaillé comme directrice de ces groupes pendant une dizaine d'années. La société qui m'employait gérait plusieurs maisons d'accueil dans la ville, disposait d'un excellent programme de formation qui comprenait les interventions techniques pour le client, la description de leur handicap, les prescriptions médicamenteuses, le langage des signes, l'apprentissage comportemental, l'enseignement et le suivi psychologique, ainsi que les procédures pour établir un traitement planifié et une évaluation des progrès de la personne. Depuis que l'État réglemente les services pour personnes nécessitant des soins très spécifiques, les éducateurs de ces maisons d'accueil apprennent à s'occuper de clients difficiles sans utiliser la force ou l'intimidation. D'un coup, j'apprenais les termes cliniques des techniques d'apprentissage que j'avais développées de manière intuitive avec l'aide de mes chevaux. Toutefois, l'aspect resté au rebut était la communication non verbale. Malgré notre discussion sur la façon de lire le langage corporel du client, très peu était dit sur la manière dont l'état émotionnel de l'éducateur pouvait affecter, ou même induire, une crise. Dans mon travail, je voyais bien que la cohérence émotionnelle et le niveau d'attention de l'équipe soignante étaient cruciaux pour toute l'unité d'accueil. Pourtant, aucun des formateurs ni des administrateurs de cette société ne comprenait combien ces facteurs étaient essentiels au maintien d'une relation sécuritaire et thérapeutique avec les résidents.

J'avais beaucoup de résultats avec les clients les plus difficiles de mon groupe précisément parce que j'étais sensible aux signes non verbaux que je recevais, et que je donnais. Durant mon premier mois de travail, on m'avait sans cesse rappelé de prêter attention à Charles, âgé de 45 ans, plutôt stoïque et considéré comme le personnage le plus imprévisible et le plus violent du groupe. Comme Noche, il était particulièrement distant et sur ses gardes en présence d'étrangers et pourtant, à l'instar de Noche, cet homme était aussi connu pour s'emporter à la plus petite provocation. Charles avait déjà frappé au visage chacun de mes collègues au cours de leur premier mois de travail, un comportement qui était devenu une redoutable initiation pour les nouveaux venus. Avec le mince espoir de m'épargner un sort similaire, les anciens membres de l'équipe m'avaient avertie de garder mes distances et de maintenir une autorité inflexible envers Charles. Ceux qui avaient reçu les coups les plus sérieux étaient des plus désarmés, cependant j'ai créé très rapidement un pacte avec lui.

Charles était sourd et handicapé mental, il avait une tendance à l'autisme, mais ses yeux reflétaient une intelligence cynique, presque amusée, et me disaient qu'il en savait plus sur ce qui se passait autour de lui que la plupart des personnes pouvaient le comprendre. Comme chez les autres membres du groupe, son Q.I. était assez bas, bien qu'il ait appris à lire et à écrire. La plupart des résidents travaillaient chez des horticulteurs ou en usine dans la journée, mais le manque de patience de Charles vis-à-vis des autres l'avait empêché de garder un emploi. Il haïssait les programmes proposés durant la journée ; il refusait de participer à la plupart des activités. Il n'aimait pas qu'on le touche ; il ne montrait aucun intérêt pour la télévision. Dans la soirée, il s'asseyait dans un coin sur une grande chaise, et il attendait le repas avant d'aller se coucher. Le dîner était le moment fort de sa journée ; il s'empressait de manger sa nourriture aussi vite que possible, une habitude qu'il avait perfectionnée au cours des années passées en institut où les personnes les plus agressives volent la nourriture de leurs voisins les plus passifs.

Pour toutes ces raisons, je pouvais comprendre pourquoi Charles était traité comme un vilain garnement. Toutefois, à mes yeux, il m'apparaissait comme un gentleman agréable quoique réservé, ne supportant pas être dupé. Avec le temps, je comprenais qu'il possédait un don de clairvoyance si sophistiqué que la plupart des ressentis chaotiques et incohérents de chaque personne le mettait comme en chute libre. Comme les interactions intuitives de Noche envers Joy, Charles pouvait saisir à distance les émotions cachées de chaque personne. Lorsque j'ai compris cela, j'ai commencé à expliquer ses crises en posant cette question toute simple à chacun des éducateurs : « Que se passait-il dans ta vie le jour où Charles t'a frappé ? »

La plupart de mes collègues ne pouvaient pas se souvenir de ce qu'ils ressentaient avant leur altercation malheureuse ; cependant une jeune femme, élève infirmière, qui avait commencé à travailler six mois avant moi, se rappelait clairement les événements qui précédaient le moment où Charles lui avait cassé le nez.

— C'était une des journées les plus terribles de ma vie, expliqua Jenna, je m'étais disputée avec mon ami. Je suis arrivée en retard au travail et je me suis rendu compte que personne n'avait fait les courses pour le week-end. J'ai donc dû assurer cette tâche avant de préparer le repas du soir, et j'étais encore plus stressée. Et pour ne rien arranger, Charles avait passé une mauvaise journée. Il était nerveux et peu coopératif. Lorsque je lui ai demandé ce

qui n'allait pas et que j'ai voulu le calmer, il s'est levé et il m'a frappée.

— N'étais-tu pas par hasard en train de lui sourire, alors que tu étais nerveusement à bout de cette situation ? demandais-je.

— Eh bien oui, répondit-elle pensivement. J'étais très mal, mais ce n'était pas de la faute des clients. Je ne voulais pas projeter mes frustrations sur eux. C'est ce qui me gênait le plus dans cette situation. Je faisais vraiment un effort pour être gentille avec Charles alors que je ne me sentais pas très bien. J'essayais d'être bienveillante et compréhensive lorsqu'il m'a cassé le nez.

J'ai suggéré à Jenna de considérer la possibilité que malgré ses meilleures intentions, elle a reçu le coup parce qu'elle faisait preuve d'incohérence. Je lui ai demandé de considérer cet homme, diagnostiqué comme sourd et handicapé mental, comme un homme apparemment prisonnier de son propre monde de rêve sans espoir, ayant agi à cause du stress, de la colère et de l'anxiété qu'elle, Jenna, pensait cacher.

— Maintenant que vous le dites, personne ne m'avait informée que Charles avait passé une mauvaise journée lorsque j'ai pris mon poste, admit-elle. Je trouvais étrange qu'il soit de si mauvaise humeur. La personne qui avait assuré le transport dans l'après-midi ne l'avait pas remarqué non plus.

— Je ne pense pas que Charles était de mauvaise humeur, ai-je affirmé. Je pense que tu étais de mauvaise humeur et qu'il a capté cela. Lorsque tu as essayé de l'aider à se défaire d'émotions que tu refusais d'assumer, Charles t'a donné une remarquable correction non verbale que je traduis par : « Tu exagères de perturber mon monde avec ton chaos et d'essayer ensuite de me calmer avec un sourire hypocrite ».

— Quelle aurait été l'alternative ? me demanda Jenna après que je lui ai exposé ma théorie.

— Lorsque je suis stressée ou perturbée, je dis à Charles ce que je ressens, ai-je répondu. Cela assure que mon langage corporel et la conscience que j'ai de la situation sont en accord avec mes émotions. Avec les signes les plus simples, je lui dis pourquoi je me sens ainsi, et que cela n'a rien à voir avec lui. Je ne sais pas exactement tout ce qu'il comprend, mais il sait répondre en écho à mes mouvements. La semaine dernière, j'étais très énervée lorsque la camionnette du groupe a eu une panne. J'ai dû passer mon après-midi à trouver un garagiste alors que nous devions aller au cinéma. Charles semblait très confus et tendu, pourtant lorsqu'il reprit mes gestes pour « colère – voiture cassée – besoin de réparation – pas de film – pas de pop-corn et triste », il commença à se calmer. Je l'ai laissé tranquille jusqu'à ce que je me sente mieux, et j'ai laissé Charles agir en miroir pour me dire si j'étais en fait assez calme pour entrer dans sa zone de sécurité. À un moment, il commença à prendre des respirations courtes et superficielles, à se balancer doucement d'avant en arrière, à froncer les sourcils, et je savais que j'étais encore trop tendue pour être en contact avec lui.

À cause de ses capacités limitées à communiquer, même dans le langage des signes, l'équipe ne savait jamais vraiment ce qui se passait dans l'esprit de Charles. Toutefois, mes efforts pour rester congruente en sa présence m'ont épargné de recevoir son « initiation » et certains de mes collègues ont agi ainsi avec de bons résultats. Durant la brève période au cours de laquelle j'ai travaillé avec Charles, nous avons vécu de merveilleux moments.

Plutôt que de le laisser assis sur sa chaise toute la soirée, je l'ai invité à m'aider à préparer le dîner. Lorsqu'il s'agissait de nourriture, ce résident, habituellement passif et stoïque, montrait un réel enthousiasme, utilisait un vocabulaire plus riche et affirmait avec détermination ce qu'il désirait. Il n'était pas très bon cuisinier, mais il savait comment préparer ses plats favoris et il ne mettait pas longtemps à apprendre de nouvelles recettes. Il me montrait aussi beaucoup d'égards en ouvrant les portes devant moi, en tenant les ustensiles dont j'avais besoin avant même que je ne les demande et en faisant la vaisselle avec entrain.

Dans ce processus qui consistait à entrer dans le monde de Charles et à laisser ses intérêts me conduire, j'ai eu certaines compréhensions intuitives complètement inattendues de la part de cet homme si sensible. Une après-midi, alors que ma collègue avait emmené les autres résidents au parc, j'étais restée seule avec Charles, qui avait refusé de sortir. Plutôt que de zapper sans cesse avec la télécommande de la télévision, j'ai préféré essayer un peu de wu wei avec mon ami qui se tenait assis tranquillement dans un coin du salon.

Après tout, avec mon troupeau de chevaux, j'avais appris à rester à ne rien faire et l'idée de rester ainsi « sans rien faire » en compagnie de Charles semblait être un projet intéressant. Habituellement, le groupe est submergé par une véritable tornade d'activités avec les membres de l'équipe qui vont et viennent, préparent les repas, font le ménage, organisent les activités et aident les clients à maîtriser les différentes activités de base pour vivre, notamment l'écriture et le vocabulaire du langage des signes.

Cet après-midi-là, la maison était silencieuse, le ménage avait été fait et Charles avait pratiqué ses exercices d'apprentissage du langage des signes. Il s'est assis dans sa chaise favorite, l'air apparemment très satisfait. Avec l'espoir de vivre les choses de son point de vue, j'ai coupé le son de la télévision et j'ai alors réalisé que sans les mots et les émotions portées par la musique, le film était sans intérêt. J'ai éteint la télévision, suis venue m'asseoir dans la pièce, à l'opposé de Charles, et j'ai fixé l'espace devant moi. Alors que ma respiration ralentissait, le va-et-vient respiratoire de la poitrine de Charles est devenu plus ample et détendu. Quelques instants plus tard, j'ai vu

des petits points lumineux multicolores danser dans la salle, comme si je voyais l'air ; ce qui a semblé être le cas puisqu'au moment où le chauffage s'est remis en route, ces mêmes petites lumières ont commencé à tourbillonner et à se laisser porter par le courant d'air. Enchantée, j'ai souri à Charles ; il m'a souri en retour. Une incroyable vague d'extase a parcouru mon corps. C'était le même ressenti que j'éprouvais souvent en compagnie de Rasa lorsque, dans la chaleur de ces flâneries d'après-midi d'été, nous passions notre temps dans le pâturage.

Étais-je en résonance avec Charles, sur la même fréquence ? La sensation dense et florissante que j'avais dans la poitrine n'avait rien à voir avec une bonne chevauchée, une conversation passionnante, un film réjouissant, une superbe balade à la campagne, un repas savoureux ou une excellente bouteille de vin. J'étais assise dans un salon bourgeois assez peu éclairé, meublé de manière fonctionnelle, à regarder dans le vide en compagnie d'un homme qui n'aurait aucun scrupule à me donner un coup de poing si cela lui venait à l'esprit. Cependant, c'était un tout autre esprit qui nous portait à ce moment-là.

J'ai regardé Charles. Des larmes coulaient sur son visage lumineux. Mes yeux commençaient à me piquer alors que mon cœur s'emplissait du sens le plus pur de la compassion et de l'amour. Je me suis levée et j'ai demandé à Charles de s'approcher. Nous nous sommes brièvement serrés dans les bras.

— Merci de m'avoir montré ton monde secret, lui ai-je dit par signes.

— Monde secret, a-t-il répondu en écho avec le plus subtil des mouvements.

## PAS SI BRILLANTE

Certaines des personnes les plus créatives et les plus novatrices que j'ai pu connaître ont dû dépasser les stigmates d'une « intelligence médiocre » pour révéler des perspectives aussi stupéfiantes que celles que Charles m'avait partagées. Kathleen Barry Ingram, la thérapeute avec qui j'ai animé mes ateliers de thérapie équine les plus réussis, poursuit une activité en clientèle privée à Tucson où ses prestations sont très prisées. Ce n'est qu'après avoir travaillé régulièrement avec moi pendant dix-huit mois qu'elle m'a parlé de ses années mouvementées au lycée. Au cours d'un dîner, je l'ai vu retenir ses larmes alors qu'elle se remémorait la réunion privée qu'elles avaient dû endurer, elle et sa mère, au lycée catholique pour jeunes filles.

« Je suis désolée de dire que Kathy n'a pas très bien réussi ses examens d'entrée », rapporta sœur Marie Grâce au début de sa première année. « Les résultats laissent apparaître qu'elle est un peu retardée. Je pense que le fait de préparer l'entrée à l'université est un but trop irréaliste, aussi nous avons mis Kathy dans notre programme spécial. »

Parmi les camarades de classe de Kathy, il y en avait une qui était atteinte du syndrome de Down et quelques autres avaient des difficultés avec le programme d'étude spécifique des cours de rattrapage en lecture et en mathématiques. Cependant, Kathleen s'est engagée, sans considération du prix à payer, à obtenir un diplôme en psychologie après son baccalauréat. Personne n'a donc été surpris lorsqu'elle a été réorientée à la fin du premier semestre vers un petit institut d'enseignement supérieur de l'Alabama. Sans l'aide des cours préparatoires aux études supérieures que dispensait le lycée à la plupart des élèves, Kathleen serait trop en retard, les paroles de scepticisme de ses parents et de ses professeurs étant encore trop fraîches dans son esprit. Après un mariage difficile et la naissance de deux enfants, elle releva le défi à l'université du Colorado en obtenant cette fois-ci une moyenne de 3,9 sur 5. Toutefois, lorsqu'elle passa l'examen d'entrée en second cycle, elle n'eut que 12 sur 100.

« J'étais à nouveau dans le lot des personnes en retard, dit-elle avec un sourire cynique. J'avais très peur de passer ce genre de tests et je ne me voyais pas réussir les examens. Mais cette fois-ci, le Dr Marie Ego a pris ma défense, c'était une manière de boucler la boucle. Elle a dit au conseil d'admission de ne pas prendre en compte mes résultats aux tests et de ne regarder que mes résultats au contrôle continu. Elle a dit que j'étais douée mais que les tests ne pouvaient pas mesurer mes capacités, et pour cela, j'ai une gratitude éternelle envers elle. »

Kathleen reçut son diplôme de maîtrise en psychologie clinique, une fois encore avec une moyenne presque parfaite de 3,9 confirmant ainsi la confiance accordée par le Dr Marie Ego. En tant que conseillère psychologique, Kathleen utilisait le savoir et la confiance qu'elle avait gagnés dans le tumulte de ses années de formation académique pour transmettre de la force aux personnes qui se sentaient trahies par le système. Sa foi dans la nature multidimensionnelle de l'intelligence et dans ses relations avec la santé émotionnelle de l'individu coïncidait avec mes observations auprès des chevaux « à problèmes » et de leurs homologues humains. J'avais repéré la présence d'une structure chez tous ceux qui souffraient d'un manque apparent d'intelligence, dans les deux espèces, et qui incluait une tendance à se dissocier dans les situations stressantes, un passé de maltraitance physique, émotionnelle ou sexuelle, une conscience non verbale supérieure à la moyenne, une intolérance à l'incohérence émotionnelle ainsi qu'un manque de soutien de la part des personnes représentant l'autorité. Alors que Kathleen et moi continuions cette discussion, nous nous sommes aperçues que les cinq éléments étaient réunis.

« Issu d'une lignée d'alcooliques, dit-elle, le foyer familial était dans une telle incohérence que rien de ce que les adultes faisaient ne semblait avoir de sens. Il y avait quelques mauvais traitements corporels, mais je ne m'en souviens pas trop. J'étais dans un tel état de dissociation que je n'ai toujours pas de souvenir de ce qui s'est passé de ma huitième à ma douzième année. »

En essayant de rappeler ses souvenirs, Kathleen réalisait que ce qui la faisait le plus souffrir était le décalage entre ce que les personnes faisaient et ce qu'elles ressentaient. Alors qu'elle prenait conscience du degré auquel cela l'affectait, elle remarquait que ses clients souffraient de ressentis d'instabilité et de trahison pour exactement la même raison.

« C'est surtout cet aspect qui m'a attirée vers l'équithérapie, me dit-elle. La plupart de mes clients observent que les personnes de leur entourage ne sont pas cohérentes et ils traduisent cela en un sentiment d'incapacité à faire confiance aux autres, ainsi que le sentiment d'être en insécurité dans le monde. En même temps, les hommes et les femmes que j'aide ont beaucoup de difficultés à admettre leurs véritables ressentis en ce qui les concerne, parce qu'ils ont appris de la personne qui faisait figure d'autorité dans leur vie à ne tenir aucun compte de leurs émotions. Ils sont pris dans un cercle vicieux car ils se sentent désorientés et menacés en présence de personnes incohérentes, et cependant incapables d'agir eux-mêmes de manière cohérente. Les chevaux sont capables de sortir de ce cercle en montrant aux personnes ce qu'elles ressentent vraiment, sans mièvrerie, et cependant lorsque ces animaux voient en vous, ce n'est pas si terrible. Je pense que c'est parce que les chevaux n'ont pas d'intention particulière ; ils répondent de façon authentique au moment présent. »

La capacité à mentir, tant à soi-même qu'aux autres, appartient essentiellement à la conscience post-conquête. Alors que les animaux feindront occasionnellement une blessure pour tenir un prédateur à l'écart de leurs petits, leur capacité à tromper est limitée pour une raison significative : ils ne peuvent pas parler. Le mensonge est presque toujours basé sur le langage.

Les personnes à qui on a inculqué un état d'esprit postconquête sont davantage susceptibles de tromperie parce qu'elles sont conditionnées à minimiser l'importance des données sensorielles, émotionnelles, comportementales et intuitives pour se centrer sur les propos de l'autre. Elles se laissent hypnotiser par les discussions intellectuelles et les justifications verbales concernant toutes sortes d'actions destructrices ou égoïstes et l'animosité non exprimée. J'ai dû subir un flot d'insultes et une bonne dose d'irrespect de la part de mon premier mari pour une simple raison : il ne cessait de me dire qu'il m'aimait et m'assurait que ses critiques avaient pour but de m'aider à devenir un écrivain meilleur, une personne meilleure, une femme plus belle. Il lui importait peu que je me sente de plus en plus incapable.

Pendant sept ans, j'ai pu me centrer sur l'idée de l'amour tout en ignorant la réalité. En fait, mon mental était en collusion avec mon mari. Ce sont mon corps et mes émotions qui m'ont finalement convaincue qu'il n'était plus possible de continuer à survivre dans de telles conditions. Dans le mois qui a précédé mon départ, je vomissais tous les matins, comme si je me préparais à une gestation. Après avoir exclu l'éventualité d'une grossesse, j'ai dû reconnaître que je ne pouvais plus supporter son comportement plus longtemps.

De la même manière, le mental de Joy est resté sous le charme de Jason jusqu'à ce que le comportement de Noche lui renvoie ce qu'elle ressentait réellement dans son corps. Dès qu'elle a repris contact avec ses sens, ses émotions et son intuition grâce au travail avec les chevaux et aux changements qui en résultaient dans sa vie, elle a été bien moins considérée comme victime par ses amis et sa famille. Une série de symptômes physiques persistants ont fait leur apparition. Durant les premiers mois de notre association, Joy a été en proie à des douleurs abdominales épuisantes ; même les médecins ne parvenaient pas à en trouver la cause. Ces problèmes ont finalement été catalogués de « psychosomatiques », un terme que Joy interpréta de manière erronée par « imaginaires. »

« Les maladies psychosomatiques peuvent être douloureuses et elles peuvent même compromettre la vie », lui ai-je répondu lorsqu'elle me parla du diagnostic. « Cela signifie simplement que la médecine conventionnelle a du mal à traiter ces problèmes parce que leur source réside hors de son domaine. Les symptômes psychosomatiques surgissent en réponse à des situations stressantes, des problèmes relationnels, des emplois insatisfaisants, des traumatismes non résolus, et des mauvais traitements. Ce n'est pas parce que vos crampes n'ont pas une origine physique qu'elles sont imaginaires. Dans le cas présent, vous avez de la chance d'être un être humain ; avec de tels symptômes, les chevaux meurent. »

Je lui ai parlé du système nerveux entérique et je lui ai expliqué de quelle manière l'intestin grêle, par réaction de protection, devient automatiquement enflammé lorsque le corps se sent menacé, même si le mental conscient, socialement conditionné, refuse de reconnaître la menace. Cependant, le système digestif des chevaux, qui est beaucoup plus sensible que celui des vaches, des chèvres, des chiens ou des humains, ne peut pas résister longtemps à cette inflammation. Dans la nature, les chevaux qui échappent à un danger sans être blessés se rétablissent rapidement. Toutefois, en captivité, ces animaux ne peuvent pas fuir les cavaliers instables ou les méthodes d'entraînement intensif. Il en résulte que les intestins des chevaux qui vivent souvent dans des conditions de stress restent enflammés, et cela les rend davantage sujets aux coliques. Une des principales causes de décès chez les chevaux domestiqués – les coliques – est attribuée à mille raisons différentes : une herbe de piètre qualité ou un colon obstrué, des parasites ou l'ingestion de sable. Cependant, les chevaux qui vivent le stress des concours hippiques ont aussi régulièrement des coliques, même s'ils ont la nourriture la meilleure, les soins les plus sophistiqués, et les pratiques vétérinaires les plus novatrices.

Au fil des ans, j'ai vu se manifester de nombreux épisodes de coliques au cours de périodes d'intensification, même mineure, de stress. Un groupe de cinq juments arabes vivant en pâture au Ranch avait joui d'une parfaite santé



pendant sept ans, bien que le propriétaire du troupeau, un retraité, ne vienne que rarement les voir, ne s'en occupe à vrai dire jamais, leur procure deux fois par jour une nourriture simple composée de luzerne et ne paye qu'un soin vétérinaire annuel. Les autres animaux du Ranch étaient bien couverts durant les froides nuits d'hiver, ils ingéraient toutes sortes de vitamines, étaient purgés chaque trimestre, étaient entraînés chaque jour et recevaient des compléments spécifiques pour éliminer le sable de leur système digestif ; ils souffraient de sérieuses crises de coliques qui s'avéraient quelquefois fatales, alors que ces cinq juments efflanquées vaquaient à leurs occupations sans soin particulier.

Il est important de savoir que ce groupe de juments avait subi des mauvais traitements dans le passé. Toutes issues de superbes lignées et destinées au circuit des concours hippiques, elles furent traumatisées par un entraînement professionnel intensif. Leur propriétaire essaya, en vain, de les rééduquer : les juments étaient volages, peu coopératives et sujettes à la panique dans des situations qui n'auraient jamais déconcerté un autre cheval. Lorsqu'elles furent jugées inaptes à la monte, leur propriétaire décida de les laisser ensemble tranquillement au pré. Plusieurs années plus tard, des considérations financières le motivèrent à chercher un autre lieu. Kaitlin, une kinésithérapeute très calme et très douce, prit en charge l'une des juments, la plaça dans un box voisin de celui de ses amies, et entreprit alors le lent processus de l'approvisionnement. Dès le premier mois de son entraînement, cette jument qui n'avait jamais été malade, eut des coliques alors qu'elle était simplement promenée dans la propriété au bout d'un licol.

Bien qu'elle puisse voir et même toucher les autres juments par-dessus la clôture, elle avait été séparée de sa harde. Et bien que sa nouvelle propriétaire fût une personne douce et attentionnée, la jument devait apprendre à vivre avec les humains alors qu'elle n'avait connu que la compagnie des chevaux pendant des années. Ces deux facteurs étaient suffisants pour semer la zizanie dans ses intestins. Toutefois, grâce à la patience et à la confiance de Kaitlin, la jument dépassa ses peurs et ses problèmes, et elle parvint à se laisser mener à la longe, puis à être sellée et finalement montée. Malgré l'inexpérience relative que Kaitlin avait des chevaux, celle-ci réussit à soigner les effets du traumatisme chez cette jument en utilisant des techniques thérapeutiques dont je parlerai en détail au chapitre huit.

Un autre centre équestre de Tucson avait engagé Scott, vétéran de la guerre du Vietnam, pour s'occuper des écuries et dispenser les soins aux chevaux. Toutefois, il devint assez rapidement évident qu'il souffrait de troubles liés au stress post-traumatique. Scott était sans cesse en état d'hyperactivité, réagissant de manière excessive à tous ceux qui défiaient son autorité, y compris les chevaux qu'il trouvait difficiles. Plusieurs propriétaires avaient remarqué que leur cheval était plus volage en sa présence, même lorsque cet homme se trouvait dans un bon jour. Durant les six mois où il travailla dans cette écurie, quatre chevaux souffrirent de graves crises de coliques. Après que cet homme a été renvoyé pour une autre raison, les propriétaires ne purent que constater qu'il n'y avait eu aucun problème de coliques dans l'année qui suivit.

Après avoir vu Noche réagir si intensément aux peurs inconscientes de Joy vis-à-vis de Jason, dans les semaines qui suivirent j'ai commencé à remarquer que d'autres chevaux du secteur souffraient de coliques lors des périodes particulièrement stressantes que vivait leur propriétaire. Une cavalière expérimentée qui était venue me consulter pour des problèmes de communication, se plaignait que deux de ses chevaux avaient récemment eu des coliques. Jen pensait qu'ils avaient mangé un mauvais foin, bien qu'elle n'en fût pas très sûre. En la questionnant un peu plus, je découvris que dans le mois qui avait précédé ces crises, son mari avait demandé le divorce et sa fille avait eu un accident de voiture assez sérieux. Je pouvais voir et ressentir que Jen était nerveusement en perte de vitesse. En fait, j'avais du mal à penser correctement en sa présence et je me suis sentie perturbée pendant deux heures après son départ. Un homme qui était en colère et se sentait trahi parce qu'il n'avait pas été choisi lors d'une promotion importante pour sa carrière, venait de perdre son cheval qu'il aimait beaucoup pour cause de coliques. Ces deux personnes étaient dans un état de détresse émotionnelle suffisamment intense pour m'affecter physiquement. Je me demandais comment leur cheval avait pu se sentir en leur compagnie ?

Une autre femme du Ranch adopta, contre l'avis de tous, un hongre qui avait été auparavant maltraité. Le vieux cheval, âgé de seize ans, se méfiait de tout le monde, il se montrait timide, extrêmement difficile à attraper, à harnacher et à conduire. Généralement, il était considéré comme « stupide », « psychotique », ou de manière plus imagée comme étant « toqué ». Cependant, Nancy sentait un lien fort avec Rocky dont les grands yeux expressifs contenaient tant de promesses à un moment et tant de peurs le moment suivant. Un soir, la fille de Nancy, âgée de 20 ans, demanda à voir le cheval alors que je regagnais ma voiture pour rentrer dîner.

« Le vétérinaire pense que nous devons abattre Rocky, dit-elle. Hier, pendant sa visite de contrôle, il est devenu infernal. Ma mère et le vétérinaire essayaient de lui mettre le licol et il a pris peur. En fait, il a essayé de sauter au-dessus de la barrière et il s'est sérieusement blessé à une jambe. Il était si excité que le vétérinaire a dû lui administrer une grande quantité de tranquillisant, et malgré cela, il a eu bien du mal à soigner sa blessure. Tout le monde dit que Rocky est dangereux. Ma mère a beaucoup de peine, mais je ne veux pas qu'elle ait un accident. »

En me dirigeant vers le box de Rocky, je savais que la décision finale concernant la vie de ce cheval m'incombait. Le petit hongre bai se tenait dans un coin de son box, de toute évidence plein de méfiance à mon égard. Je pris une profonde respiration, demandai l'aide des Ancêtres Chevaux et je m'approchai doucement de lui alors que Nancy restait à la porte du box. De nombreuses sensations visuelles conflictuelles envahirent mon corps.



— Est-ce que quelque chose de particulièrement ennuyeux t'est arrivé ? demandai-je à Nancy. Je ne parle pas de ce qui se passe avec Rocky, mais est-ce que quelque chose t'a contrariée ?

— Eh bien, dit-elle, j'ai perdu mon emploi la semaine dernière.

— Est-ce que tu as essayé de te montrer joyeuse en présence de Rocky alors que tu te sentais en fait triste, en colère... ou repliée sur toi-même ?

— Oui, répondit-elle non sans quelque hésitation, ne comprenant pas très bien pourquoi je lui posais des questions personnelles alors que c'était la vie de Rocky qui était en jeu.

Rocky baissa la tête et lécha ses lèvres, signe que j'avais finalement réussi à interpréter chez mes chevaux comme l'indication de la libération d'une émotion auparavant non reconnue. Dans ce cas, le niveau de sécurité de Rocky semblait directement lié aux ressentis cachés de Nancy. Je m'approchai alors de lui. Il recula. Davantage d'images, de sensations semblaient provenir de sa jambe blessée et de son cœur en peine. En silence, je transmis à Rocky que Nancy était sa dernière chance, que j'allais essayer de lui expliquer son point de vue mais que s'il ne parvenait pas à faire confiance à cette femme, ses peurs les plus profondes allaient, en fait, devenir réalité. Je lui dis que j'allais demander à Nancy de lui laisser un délai d'un mois, un cycle lunaire supplémentaire. Après quinze bonnes minutes d'une telle interaction subtile avec le cheval, celui-ci me permit de lui toucher l'épaule.

« Imagine cela » expliquai-je à Nancy qui se tenait maintenant tranquille, du moins je l'espérais, près de la barrière à environ un mètre cinquante de Rocky et de moi.

— Imagine que tu aies été violée pendant l'adolescence. Quelques années plus tard, tu te maries à un homme qui semble très gentil et compréhensif. Pourtant, maintenant que tu as la bague au doigt, il pense que tu dois surmonter tes ressentis conflictuels à propos de la sexualité. D jour au lendemain, il te traite comme si tu lui appartenais. Tu sais qu'il t'aime, mais il se montre impatient. Cela ne semble avoir aucun sens, mais tu te sens piégée et c'est comme si tu voulais fuir cette personne qui est – tu le comprends bien – le seul espoir véritable de contact. C'est ce que ressent Rocky. Il sait que tu prends soin de lui, mais ce n'est pas simplement parce que tu es sa propriétaire, parce que tu payes pour sa nourriture et ses soins, qu'il peut abandonner automatiquement toutes ces années de mauvais traitements et de méfiance. Il ne peut pas devenir proche si aisément. Comprends-tu ce que je veux dire ?

Nancy me fixa pendant un moment en silence.

— Oui, je comprends, dit-elle finalement, détournant son regard comme si elle était soudainement embarrassée. Doucement, elle ramena son regard vers le mien, remuant la tête avec incrédulité. En résumé, tu viens de raconter ma vie.

Je restai interloquée par cet aveu. L'exemple que j'avais utilisé avait surgi dans ma tête alors que je m'occupais de Rocky. Je ne savais pas qu'il avait une relation avec la vie de Nancy. N'étant pas préparée pour une séance de thérapie en profondeur, de plus basée sur une intuition soudaine, j'ai néanmoins rassemblé mes esprits et expliqué le concept de cohérence émotionnelle. J'ai dit à Nancy que ce n'était pas un service à rendre à Rocky que d'essayer de réprimer, en sa présence, les ressentis qu'elle portait. Ce n'était pas une manière de le calmer et de gagner sa confiance. Alors que je parlais de la situation de Rocky d'un point de vue thérapeutique, il semblait évident que l'attraction que Nancy ressentait pour ce cheval provenait de ce que j'appelle la résonance émotionnelle. Les personnes et les chevaux qui ont vécu des difficultés, des trahisons ou des mauvais traitements similaires sont comme deux cordes accordées sur la même note. Chaque fois que Nancy se trouvait dans un état de grande agitation, Rocky ne pouvait rien faire d'autre que de résonner avec elle. Et l'intensité était encore plus grande lorsqu'elle essayait de cacher ses ressentis. Dans un tel état d'incohérence, ses émotions se battaient contre son intellect, suppliant d'être exprimées. Cela amplifiait la force des vibrations sympathiques qui excitaient les propres peurs et frustrations non résolues de Rocky, l'amenant à exprimer ses ressentis pour eux deux. Je lui demandai de réfléchir à la possibilité que, même si Rocky avait eu peur du vétérinaire, sa réaction était amplifiée par la présence de Nancy, qui s'avérait être non seulement perturbée par la perte de son emploi, mais qui était aussi déçue par son mari qui avait des relations avec une autre femme ; ceci, en partie parce qu'il ne parvenait pas à assumer les traumatismes sexuels que Nancy gardait depuis l'enfance.

« Dis à Rocky ce que tu ressens, lui conseillai-je, exprime cela ouvertement pour qu'il n'ait plus besoin de le faire à ta place. Il ne va pas nécessairement comprendre ce que tu lui diras, mais en exprimant tes véritables ressentis, tu vas te mettre en accord avec toi-même, en cohérence, et tu vas te libérer des tensions qui sont derrière ces émotions. »

Pendant les dix minutes qui suivirent, Nancy parla sincèrement de la violence, de la honte et de la trahison qu'elle avait vécues. Elle promit à Rocky qu'elle ne le pousserait plus et qu'elle le traiterait comme elle aurait voulu l'être elle-même par les hommes dans sa vie. En réponse à son histoire, mes yeux commençaient à piquer. À ce moment, j'abandonnai ma distance professionnelle et je laissai mes larmes couler. Rocky s'avança vers moi et posa sa tête sur ma poitrine. Quelques instants auparavant, j'avais dit à Nancy que, contrairement aux humains, les chevaux ne nous jugent ni ne nous rejettent pour ce que nous ressentons ; c'est le fait d'essayer de réprimer nos émotions qui

les rend fous. Rocky dépassa même ce concept. Il nous montra que même un cheval catalogué de toqué, ou considéré comme un fou dangereux pour vivre, pouvait se sentir suffisamment en sécurité pour s'approcher de nous lorsque nous baissions nos gardes et commençons à parler avec le cœur.

Rocky accepta notre offre. Le premier mois se passa sans aucun incident, il accepta le licol et commença même à se laisser mener à la longe sans résister. Six mois plus tard, il était bien intégré au groupe des chevaux, et c'était même un membre joyeux de la harde de Nancy et de Becky. Elles planifièrent de commencer à le seller avec mon aide dès le printemps.

## L'ACIDE CÉRÉBRAL

Les désordres intestinaux et les difficultés comportementales ne sont pas les seuls symptômes liés à des traumatismes non résolus. Des incidents isolés et particulièrement dramatiques ou de longues périodes relativement stressantes peuvent être à l'origine de dommages dans le cerveau. Le cerveau humain dispose de la même structure que le cerveau du cheval. Les deux espèces disposent d'un système limbique et d'un hypothalamus : ces sièges sont responsables de l'organisation des émotions et de la mémoire ainsi que des fonctions corporelles telles que le rythme cardiaque, la tension sanguine, la respiration, et l'interaction constante entre ces différents éléments ; c'est ce qui explique la relation de cause à effet entre une perturbation émotionnelle et l'accélération du rythme cardiaque. Les chevaux possèdent, eux aussi, un néocortex développé, responsable de l'apprentissage, du raisonnement et des corrélations entre les multiples informations sensorielles. Malgré tout, l'homme ayant une prédilection particulière à sous-estimer l'intelligence chez les autres mammifères, cela a même conduit les chercheurs spécialistes des équidés à s'interroger sur le rôle du cortex cérébral chez le cheval. Dans son livre, *La Nature des Chevaux*, Stephen Budianski concède que le cheval possède « un cerveau relativement grand pour sa taille. Cependant, il en utilise une grande partie pour mettre ses pieds au bon endroit. » Il affirme que la multitude de mouvements que le cheval exécute demande un nombre très important de « contrôles cérébraux », ce qui laisse peu de place à un raisonnement élaboré. Ceci est une proposition singulière lorsqu'on sait que le cervelet, situé à l'arrière du cerveau, est considéré comme le siège de la coordination, de l'équilibre et du contrôle de la motricité. Selon Leslie Skipper, auteur du merveilleux livre *Dans le Mental de votre cheval*, le cervelet des équidés est, comme on peut s'y attendre, « exceptionnellement grand et bien développé et c'est lui, plus que le cortex cérébral, qui contrôle et harmonise ces merveilleux mouvements pleins de grâce et de puissance. » Leslie Skipper utilise des illustrations colorées du cerveau du cheval pour montrer que « les zones du cortex associées avec les mouvements volontaires sont proportionnelles aux zones qui gouvernent la vue, l'odorat, l'ouïe, etc. ; cela laisse une partie importante du cortex cérébral libre pour les processus de pensée fondamentaux. »

De nombreux entraîneurs affirment que le cheval manque d'intelligence en soulignant le fait très répandu que cela ne sert à rien de punir un cheval pour une erreur sauf si la correction peut intervenir sur le champ, suggérant par là que le cheval ne garde une action en mémoire que deux ou trois secondes. Leslie Skipper conteste cette hypothèse en plaçant le cavalier dans la position du cheval : « Supposez que lors d'un examen vous accomplissez une tâche particulière et que les ordres vous sont criés dans une langue que vous ne pouvez pas vraiment bien comprendre. Supposons maintenant que vous faites une faute dont vous êtes parfaitement inconscient. Le superviseur commence à vous crier : « Espèce d'idiot ! Tu t'es trompé ! » Mais où avez-vous fait l'erreur ? Le superviseur ne vous l'explique pas mais il ne cesse de vous crier dessus et de vous traiter de tous les noms. Pensez-vous que vous auriez alors la moindre idée des fautes que vous avez faites tant que la réprimande ne serait pas directement liée à l'erreur ? »

Le mythe concernant le manque d'intelligence du cheval est soutenu par quatre autres facteurs d'interprétations erronés : leur don pour l'apprentissage immédiat, leur talent pour l'évasion, la connexion limbique entre les émotions et la mémoire, et les influences destructrices des hormones du stress sur le cortex cérébral. Parce qu'ils sont des proies dans la nature, la survie des chevaux dépend de leur capacité à construire, se remémorer et apprendre des leçons à partir d'expériences uniques. À l'état sauvage, ils n'ont pas souvent droit à l'erreur et ils ont donc développé cette capacité à l'apprentissage immédiat. D'un autre côté, les prédateurs ont moins de prédispositions dans ce domaine ; ils peuvent faire des erreurs et continuer à chasser le jour suivant. Les entraîneurs qui comprennent cette disposition du mental équin peuvent obtenir de meilleurs résultats tout en passant moins de temps en selle. La cofondatrice d'Epona, Dana Light, a animé une formation de trois mois sur le débouillage des poulains au collège technique de Phoenix. Les étudiants ne rencontraient qu'une seule fois par semaine les poulains qu'ils devaient entraîner. Malgré cela, ces poulains farouches, totalement inexpérimentés, qui avaient été employés pour cette formation ont progressé avec l'aménagement de l'emploi du temps à raison d'une journée de travail pour six journées de repos. Ils gardaient non seulement en mémoire ce qu'ils avaient appris la semaine précédente, mais ils en montraient les bonifications dès le début de la séance. Ces poulains fougueux agissaient comme s'ils réfléchissaient pendant la semaine sur ce qu'ils avaient appris. Un tel programme d'entraînement n'est pas assez rigoureux pour la préparation à des concours hippiques parce que des disciplines telles que le jumping, le dressage ou le concours complet requièrent une endurance sportive et un développement musculaire soigneux. Il s'agit là, bien entendu, de considérations physiques et non mentales.

Le problème avec l'apprentissage immédiat c'est qu'un cavalier peu expérimenté peut créer, par inadvertance, toutes sortes de réponses involontaires de la part de son cheval. Par exemple, en moins d'une minute, vous pouvez apprendre à un cheval à baisser la tête en touchant son chanfrein. L'astuce consiste à laisser votre main en place

jusqu'à ce qu'il baisse la tête et l'enlever immédiatement après puis le féliciter. Si au cours de ce premier essai vous effrayez le cheval, il va automatiquement remuer sa tête et l'éloigner de votre main : vous lui avez alors enseigné l'opposé de ce qui était dans votre intention. Malheureusement, dans cet apprentissage immédiat, la répétition n'est pas nécessaire pour créer une mauvaise habitude. Bien entendu, la présence de personnes incohérentes ne fait qu'exacerber la situation. Puisque ces animaux montrent une tendance particulièrement forte à refléter les ressentis présents derrière la « façade », les personnes inconscientes de leurs propres émotions ou motivations n'ont vraiment aucune idée de ce qu'elles communiquent ou enseignent à ces créatures extrêmement sensibles.

Ceci conduit au deuxième facteur fondamental : le talent des chevaux pour l'évasion, qui fait des ravages chez les personnes qui préfèrent former par la peur et l'intimidation. Parce qu'il est une proie, le cheval ne porte pas toute son attention à ce qu'il apprend lorsqu'il est menacé ; il cherche à s'enfuir. Ces animaux sont des maîtres en matière d'évasion. Je les ai vus se montrer plus malins que des universitaires chaussés de luxueuses bottes toutes neuves de cow-boy, des médecins bardés de diplômes et des entraîneurs qui étaient dans le métier depuis plus de trente ans. Tous ceux qui s'appuient sur la peur et l'intimidation passeront beaucoup de temps à essayer de venir à bout des évasions de plus en plus astucieuses que leurs chevaux auront imaginées. Cette dynamique crée des relations de confrontation que de nombreux cavaliers considèrent comme normales.

La connexion limbique entre les émotions et la mémoire ne fait qu'ajouter au dilemme : lorsqu'un cheval prend peur lors d'un apprentissage, il aura tendance, par la suite, à ressentir de la peur chaque fois qu'on lui demandera d'exécuter cette chose précise. Par contre, si un cheval confiant et à qui on a prodigué de bons soins est effrayé par une situation nouvelle, le cavalier en qui il a confiance pourra le calmer en amorçant des mouvements qui ont été appris dans un environnement calme et serein. Une technique particulièrement efficace pour régler les problèmes consiste à associer l'instinct et l'émotion positive en enseignant avec douceur au cheval à baisser la tête et à arrondir le dos en réponse à un signal qui peut être donné lorsque la personne est soit au sol soit en selle. C'est une position qu'un animal-proie n'adopte dans la nature que lorsqu'il se sent en sécurité. En lui apprenant à agir ainsi sur demande dans un cadre de détente, et en prenant soin de le féliciter, l'entraîneur s'assure qu'il répondra ainsi à son signal en cas d'urgence, lui évitant ainsi d'être envahi par la panique. Par contre, les cavaliers qui montent leur cheval alors que celui-ci a la tête haute et le dos creusé, se trouvent toujours à la limite d'une perte de contrôle car les chevaux prennent cette posture lorsqu'ils sont en mode de fuite ou de lutte. J'ai aidé de nombreuses personnes à guérir leur cheval de l'emballement en leur apprenant simplement à monter leur cheval dans la position dos rond et tête basse, une posture bien plus détendue.

La mémoire humaine est aussi emmagasinée par le système limbique. Les pensées qui possèdent les mêmes nuances de ressenti sont classées ensemble, même s'il n'y a aucune connexion logique ou chronologique. Des recherches ont démontré qu'il est bien plus difficile pour une personne de se rappeler de faits si elle n'est pas dans la même humeur que lorsqu'elle les a assimilés. Pour cette raison, les tests d'intelligence standards ne peuvent pas mesurer beaucoup plus que les performances d'une personne sur le plan de la pensée, du raisonnement et de la mémoire lorsqu'elle se trouve sous pression, ainsi que sa capacité d'apprentissage dans ces conditions.

Je ne comprenais pas vraiment la physiologie du stress avant de collaborer avec Dianna Hine, psychologue expérimentée dans le domaine du traitement des difficultés de comportement et d'apprentissage en association avec des traumatismes de l'enfance. Dans son livre, *Le lien affectif du bébé : comment élever un enfant émotionnellement sain*, Dianna expose les dernières recherches sur le développement du cerveau en offrant des compréhensions surprenantes sur les effets du stress. Les études du docteur Linda Mayes, du Yale Child Study Center, concluent que les situations stressantes qui surviennent pendant l'enfance, qu'elles soient particulièrement traumatisantes ou répétitives, façonnent réellement la structure du cerveau. Non seulement ces réponses dictent la manière dont le cerveau s'organise, mais elles peuvent aussi interférer avec certains développements importants pour l'apprentissage. Lorsque Dianna et moi-même élaborions un programme de thérapie assistée par les chevaux pour de jeunes adolescents en difficulté, elle expliqua que nombre de ces enfants étaient handicapés sur le plan neurologique, du moins temporairement. Le cerveau se développe en créant des structures en réseaux en réponse aux expériences. Les enfants ayant été gravement maltraités, au pire des cas, associent systématiquement la sensation de stress à une issue négative, voire dangereuse pour leur vie. Tant que ce schéma n'est pas contrecarré et qu'un autre circuit n'est pas créé dans le cerveau, ces personnes continuent à répondre à la plus légère sensation de pression ou d'incertitude par un système d'urgence, tombant alors dans l'un des trois modes : la fuite, l'attaque ou l'immobilisme. Dianna était tout spécialement intéressée par le programme thérapeutique d'Epona parce qu'il créait de nouveaux circuits grâce à de nouvelles expériences. La psychothérapie cognitive conventionnelle n'ayant aucun succès dans ce domaine.

« Lorsqu'une personne est dans un mode de fuite ou de lutte, le cortex cérébral devient moins actif pour préparer le corps à une réponse instinctive afin de régler le problème, explique-t-elle. Le raisonnement et tout autre processus de réflexion élaborée sont bien moins la priorité du moment. Si vous essayez de changer le comportement d'un enfant qui entre en lutte au moindre signe de stress en faisant appel à son sens logique, ce ne sera pas facile car la partie du cerveau qui sert à la réflexion ne fonctionne pas au mieux à ce moment-là. »

Dianna et moi avons développé des techniques qui utilisent le sens de l'incertitude de la personne en présence d'un cheval pour orchestrer une issue positive, une approche qui ouvre aux sentiments de force, de compétence et de satisfaction personnelle. De cette manière, un nouveau circuit est créé. Plutôt que de se référer au circuit «

incertitude égale danger, et danger égale fuite ou lutte », un autre circuit émerge : « incertitude peut quelquefois mener au plaisir et à la satisfaction », base sur laquelle l'enfant peut s'appuyer. Ainsi, la tendance à choisir immédiatement la fuite ou la lutte s'affaiblit.

Par la suite, j'ai utilisé cette même stratégie pour travailler avec Midnight Merlin, un étalon qui avait été maltraité et, comme je le décris dans le chapitre huit, les résultats ont été impressionnants.

Toutefois, pour les êtres humains et les animaux qui survivent à des expériences extrêmement traumatisantes, le problème c'est que les recherches semblent indiquer que ce niveau de stress peut endommager le cerveau. Les fonctions les plus élaborées de la pensée, utilisées pour réguler ou modifier le comportement, ne sont pas encouragées à se développer et les réponses du type fuite ou lutte deviennent prédominantes.

« Des hormones puissantes, telles que la cortisone, sont libérées dans le cerveau en réponse au stress, explique Dianna. Certains chercheurs ont baptisé la cortisone "acide cérébral" parce qu'elle détruit les cellules avec une efficacité redoutable. Sur des images scannées du cerveau, il est possible de voir des espaces noirs, sans activité, chez des enfants ayant subi des traumatismes sévères ou des situations stressantes sur une longue période. Les centres qui tendent à être visés par ces assauts correspondent aux fonctions liées au raisonnement, à la mémoire, au contrôle des impulsions et aux émotions. »

« Malheureusement, écrit-elle dans son livre *Le lien affectif du bébé*, les enfants qui dépassent ces débuts incertains ont habituellement beaucoup de problèmes sociaux et ils sont jugés comme ayant de mauvais comportements. Ces enfants ont tendance à être très réactifs, impulsifs, anxieux, coléreux et hypersensibles alors que leurs comportements et leurs réactions sont souvent inappropriés. Mais ils ne font que suivre ce qui leur vient naturellement en réagissant comme ils ont été programmés à le faire. Pour encourager les enfants à développer des caractéristiques telles que la prévenance, la coopération, le respect et la curiosité intellectuelle, ils ont besoin d'un environnement sécuritaire et qui réagit sans cesse. »

Dianna poursuit en citant les études de Megan Gunnar, psychologue du développement à l'Université du Minnesota. Le travail de Gunnar suggère que la résistance au stress est affectée par le degré de sécurité et tranquillité que ressent l'enfant auprès des personnes qui prennent soin de lui. Les enfants de moins de 2 ans montrent un niveau élevé de stress lorsqu'ils sont exposés à des situations stressantes jugées comme mineures telles que les séances de vaccination ou les séparations d'avec leur mère. Toutefois, après l'âge de 2 ans, l'enfant qui développe un lien sécurisant avec les personnes qui s'occupent de lui n'est plus sensible à ce stress lorsqu'il s'ouvre au monde et fait face à des défis de plus en plus complexes. D'un autre côté, l'enfant qui n'a pas ce sentiment de sécurité continuera à souffrir d'un niveau élevé d'hormones, comme la cortisone, dans des contextes qui ne troubleront pas le moins du monde un enfant bien adapté. Dianna a aussi noté d'autres situations au cours desquelles le jeune enfant se sent en détresse, « comme lorsqu'il est dans un environnement où il y a des cris et des disputes, même si ceux-ci ne sont pas dirigés contre lui ; aussi, lorsque la personne qui prend soin de lui est déprimée ou inactive. »

Les personnes qui ont dû faire face à de telles épreuves sont plus prédisposées à obtenir des résultats assez faibles aux tests d'intelligence et ne réussissent pas très bien à l'école, non pas qu'elles soient « stupides » mais leurs réactions amplifiées font qu'elles ont du mal à fonctionner dans des situations que les autres considèrent comme étant peu stressantes. Les instituteurs pratiquant l'intimidation ou ayant l'humeur irritable, qui mettent leurs élèves dans la confusion, précipitent un enfant émotionnellement instable dans un mode de fuite, de lutte ou de paralysie – un espace qui bloque véritablement le processus du raisonnement. Une mauvaise estime de soi résultant de l'échec à ce genre de tests ainsi que des situations conflictuelles pendant les cours diminuent encore davantage l'apprentissage ; ainsi, ces enfants sont catégorisés par leurs pairs, selon les modèles institués, de façon de plus en plus négative.

Deux études citées dans *Recovering the Soul*, un livre fantastique écrit par Larry Dossey sur les connexions entre le corps et l'esprit, mettent en lumière les effets que peuvent avoir les perceptions projetées par un enseignant sur ses élèves quant à leurs résultats aux examens. L'expérience conduite par le psychologue Robert Rosenthal impliquait six cent cinquante élèves et dix-huit enseignants. Au début de l'année, le corps enseignant fut avisé qu'un test d'intelligence spécifique avait indiqué que vingt pour cent des élèves allaient faire des progrès remarquables au cours de l'année scolaire. Les enseignants reçurent la liste des élèves supposés prometteurs, ceux-ci ayant été en fait choisis au hasard. « À la fin de l'année scolaire, écrit Dossey, le même test d'intelligence fut proposé aux élèves. Le groupe d'élèves sélectionné fit preuve de réelles améliorations de leur Q.I. De plus, les rapports subjectifs des enseignants désignaient ces élèves comme étant plus ouverts, plus sociables et plus curieux intellectuellement que leurs pairs. » Rosenthal observa le même effet avec un test mesurant l'intelligence de rats. Douze étudiants en psychologie furent informés que les compétences aux tests peuvent être transmises génétiquement grâce à la procréation sélective. Six étudiants reçurent trente rats supposés issus d'une lignée de rats possédant une capacité d'apprentissage remarquable. Les six autres étudiants reçurent trente rats issus d'un groupe sélectionné pour sa faible intelligence. En réalité, tous les rats étaient issus d'un même groupe homogène génétiquement. Toutefois, lorsque les soixante rats furent testés au cours des mêmes expériences d'apprentissage, les animaux « dont les formateurs croyaient que leurs rats étaient supérieurs ont vraiment mieux réussi dès le début et ont atteint les scores définitifs bien supérieurs à ceux des rats dits "moins intelligents". »

Selon les tests de Q.I. que Kathleen Barry Ingram a effectués durant une période tumultueuse de son enfance, elle était considérée comme légèrement attardée et on l'avait dissuadée de faire des études supérieures. Alors comment peut-on expliquer sa brillante réussite à l'université du Colorado ? Kathleen ressentait que la confiance et la paix mentale qu'elle avait gagnées en quittant l'environnement dysfonctionnel de sa famille et en dépassant les faibles espoirs que celle-ci projetait sur elle, ont ouvert un espace pour que ses réels talents puissent s'exprimer. De même, la vie familiale tumultueuse de Joy avait perturbé ses progrès scolaires. Comme Kathleen, elle avait du mal à réussir ses examens, malgré tous les efforts qu'elle faisait pour étudier. « La seule fois où j'ai bien réussi, se souvenait-elle, c'est lorsque j'ai réussi à mener à bien un projet sans contrainte de temps. Dès qu'il y avait une pression, ma tête était vide. » Le rappel constant et méprisant de sa mère concernant les faibles capacités d'apprentissage de Joy et de son frère aggravait la situation. En fait, l'un de ses enfants avait été transféré dans une école pour retardés mentaux après avoir obtenu un score de Q.I. particulièrement bas peu après la mort du père de Joy qui était alcoolique ; ce qui avait conduit à une pluie d'insultes de la part de sa mère en proie aux remords et instable émotionnellement.

De la même manière, les cow-boys que Buck Light avait rencontrés lorsqu'il avait commencé à travailler dans le ranch d'élevage bovin considéraient leurs montures comme stupides et peu fiables. Et c'est ainsi qu'agissaient ces animaux avant d'être confiés à Buck et traités avec respect.

Ces études et anecdotes montrent que les personnes qui font figure d'autorité ont un impact significatif sur celles dont elles s'occupent. Si les conditions d'apprentissage sont stressantes et que les perceptions négatives des parents, des enseignants et de ceux qui servent de modèle ne sont pas transformées assez tôt dans la vie d'un enfant ou d'un animal qui présente des troubles, le résultat peut être dévastateur. On peut dire que l'assaut constant des hormones comme la cortisone sur le cerveau des personnes stressées par des pratiques peu judicieuses peut conduire à un état de retard mental induit par l'environnement.

« Un excès d'hormones du stress relâchées dans l'organisme, chaque jour et pendant des années, peut causer de multiples troubles et maladies, souligne Dianna. C'est aussi ce que de nombreuses personnes ont découvert. Une tension sanguine trop élevée et des organes détériorés nous indiquent que la réaction de fuite ou de lutte a été trop souvent sollicitée. Il existe un seuil à la quantité de stress que l'être humain peut endurer. »

Dans notre travail avec les adolescents et les chevaux qui posent des problèmes, Dianna et moi-même avons observé que le fait de leur apprendre à dépasser leurs schémas débilissants, pour chaque espèce, dépendait de la création d'un environnement d'apprentissage dénué de stress. Quelques occasions de doute et d'incertitude étaient introduites de manière à favoriser des résultats positifs qui reconstruisaient leur confiance afin de créer des circuits cérébraux plus variés. En parlant avec Buck Light et en observant sa manière de travailler avec les chevaux, j'ai compris pourquoi ses montures agissaient avec plus d'intelligence que celles des autres cow-boys, plus rudes et plus fougues : c'est parce qu'il était capable de réussir instinctivement cet objectif thérapeutique complexe chaque fois qu'il entrait dans l'écurie. Les hongres qui avaient été terrorisés et montés de manière instinctive devenaient assez rapidement plus confiants, plus attentifs, plus coopératifs et plus grégaires après avoir travaillé avec Buck. Heureusement, il leur restait assez de matière grise pour compenser les dommages déjà occasionnés.

Les neurologues ont montré que les êtres humains n'utilisent qu'une très petite partie de leurs capacités cérébrales. Peut-être disposons-nous d'autant de matière grise, en partie, pour compenser des effets dévastateurs des guerres, des mauvais traitements, de l'indifférence des membres de la famille, de la négativité des personnes qui servent de modèle et du rythme de plus en plus impitoyable de la vie – des facteurs qui rongent littéralement notre cerveau autant qu'ils détruisent notre âme. Pourtant, à quoi utiliserions-nous toutes ces cellules disponibles si nous n'étions pas sans cesse en train de réparer les assauts portés à notre mental et à notre corps ? Le génie créatif deviendrait-il ordinaire ?

## LES NUANCES DE L'INTELLIGENCE SUPÉRIEURE

Candace Pert, professeur et chercheur au département de physiologie et de biophysique du Centre Médical de l'université de Georgetown à Washington, a écrit un livre fascinant sur les bases biomoléculaires de l'émotion. L'ouvrage, *Les Molécules de l'émotion*, expose une théorie selon laquelle le corps fonctionne comme une partie essentielle du mental, défiant ainsi la notion cartésienne qui veut que tout ce qui se trouve au-dessous du cou réagit comme une machine de chair ne servant qu'à transporter le cerveau. Le titre de son remarquable programme sur cassettes, *Votre corps est votre subconscient*, résume en quelques mots ses recherches. Les théories de Pert sont largement diffusées dans le domaine de la médecine psychosomatique qui connaît actuellement un fort développement. L'importance de son travail pour la thérapie assistée par les chevaux pourrait remplir un chapitre entier, mais je préfère encourager les personnes intéressées à lire son livre pour avoir non seulement une meilleure compréhension de ce sujet complexe, mais aussi pour comprendre les dilemmes auxquels les penseurs doivent faire face dans notre culture. En partie traité théorique et en partie œuvre autobiographique, le livre, *Les Molécules de l'émotion*, examine franchement les préjugés et les difficultés que les femmes subissent dans le domaine de la recherche scientifique, celle-ci étant compétitive de façon pathologique et tout à fait non cohérente – une sous-culture qui demande formellement aux personnes de séparer le mental de l'émotion pour réussir. À travers ses expériences rigoureuses mais avec beaucoup d'humour, Pert met en évidence que la tendance post-conquête qui compartimente le mental, le corps et les émotions constitue une interprétation erronée de la réalité – une



interprétation qui n'a pas grand-chose à voir avec la manière dont les organismes vivants fonctionnent.

Les expériences de Pert s'effectuent en partie dans la représentation, maintenant très répandue, du système nerveux entérique en tant que cerveau complexe en lui-même. Au cours des années soixante-dix, en compagnie de Solomon Snyder qui reçut un prix Nobel pour ce travail, elle a découvert les récepteurs spécifiques aux opioïdes. Le fait qu'elle ait été écartée de ce titre en raison d'une politique sexiste dans la communauté scientifique fait l'objet d'un chapitre particulièrement troublant de son livre. De toute manière, ses recherches font la lumière sur les formes et les fonctions des neuropeptides, des substances chimiques porteuses d'information qui affectent les émotions ainsi que les réponses physiques et psychologiques à ces émotions. Pert a découvert que les sites récepteurs de ces substances sont non seulement localisés dans le cerveau mais aussi dans tout le reste du corps. Le cœur, par exemple, qui a depuis longtemps été considéré comme le siège des émotions, s'est révélé contenir tous les récepteurs aux neuropeptides associés aux émotions sur lesquels les chercheurs travaillaient. Des globules blancs appelés monocytes, qui jouent un rôle primordial dans les réponses immunitaires, disposent aussi de ces récepteurs. Des études plus poussées ont indiqué que non seulement les neuropeptides sont réceptionnés dans différents endroits du corps mais qu'ils sont aussi fabriqués en dehors du cerveau. Au niveau biomoléculaire, cela signifie qu'une émotion peut être créée par n'importe quel organe ou cellule qui a la possibilité de créer ces substances porteuses d'information. Le travail de Pert suggère que les personnes qui « sentent avec leurs tripes » traduisent ainsi littéralement le fait que leurs intestins, et non leur cerveau, sont la source de ces émotions spécifiques. Elle fait remarquer que les émotions constituent le lien qui unit le corps et le cerveau en un seul système dynamique mental qui s'étend bien au-delà de la substance plissée qui se situe entre les oreilles. « Pensez à l'unité corps-mental comme à un champ d'informations et d'énergies bien différent d'un morceau de viande, explique-t-elle, et alors vous comprenez que les émotions sont situées dans le corps tout entier... Elles ne s'écoulent pas que de la tête : elles surviennent simultanément dans la tête et dans le corps. »

Les recherches de Pert ont aussi montré que de nombreuses molécules de l'émotion trouvées dans le corps-cerveau de l'être humain sont présentes dans des organismes vivants moins sophistiqués. Lorsqu'elle a étudié les récepteurs aux opioïdes dans les organismes microscopiques appelés *tetrahymena*, elle a découvert que ces petits protozoaires créaient et utilisaient les endorphines de la même manière que le système humain. Le terme endorphine, qui se traduit par « morphine interne », représente une série de substances créées en réponse à la douleur. Ces substances chimiques induisent un sentiment de bien-être intense, procurant une sensation d'euphorie semblable à « l'extase du coureur », le transport ressenti après l'amour et la profonde sensation de paix durant une méditation. La pensée que les protozoaires ressentent une réaction chimique qui produit l'extase constitue une prise de conscience scientifique qui a de quoi bousculer nos paradigmes. Depuis l'époque de Descartes, de nombreux chercheurs ont été formés à penser que les animaux ne ressentent pas la peine, encore moins le bonheur ou l'euphorie. Alors, pour quelle raison ces organismes les plus simples auraient-ils des récepteurs aux opioïdes identiques en forme et en fonction à ceux trouvés dans le corps humain ?

Fait aussi intéressant, c'est un accident d'équitation qui donna à Pert l'expérience directe de la réponse opiacée qu'elle explora par la suite au cours de ses recherches scientifiques. Allongée sur son lit d'hôpital, on lui avait prescrit du Talwin, un dérivé de la morphine, afin de supporter la douleur occasionnée par une vertèbre lombaire comprimée. Pert prouva par la suite que la morphine et les médicaments similaires agissent en se fixant sur des récepteurs conçus pour recevoir les propres substances produites par le corps et similaires aux opiacés : les endorphines. Quelques semaines avant son accident, elle s'apprêtait à entrer à l'université John Hopkins afin de poursuivre ses études dans le domaine de la neuropharmacologie, étude de l'action des médicaments et des drogues sur le cerveau. Aussi, après être sortie de cette longue période d'état altéré de la conscience induit par la morphine, elle occupa le reste de son séjour à l'hôpital à étudier un livre sur la théorie des récepteurs aux opioïdes. « Je me souviens de m'être émerveillée de savoir que de petites molécules dans mes cellules permettaient le formidable ressenti que j'avais chaque fois que l'infirmière m'injectait une dose de morphine, écrit-elle dans son livre. Il n'y avait aucun doute que l'action de la drogue sur mon corps produisait un état euphorique certain qui me remplissait d'une félicité proche de l'extase. »

Pert soutient que tous les organismes biologiques sont « connectés au plaisir », puisque toutes les espèces, des plus petits *tetrahymena* en passant par les rats, les tigres, les chevaux et jusqu'aux humains, partagent les mêmes récepteurs et neuropeptides capables de créer cette réponse. Parce que les endorphines sont présentes en très grand nombre dans le cerveau, elle a aussi conclu que cet organe est conçu pour porter au maximum le plaisir, un concept qui défie encore davantage la validité des méthodes d'apprentissage, d'enseignement et de changement comportemental basées sur la force, la peur et la sanction.

Lorsque le corps se remet d'une période de stress, les substances chimiques telles que la cortisone ou l'adrénaline sont remplacées par les endorphines qui non seulement élèvent l'humeur mais encore améliorent les fonctions supérieures du cerveau telles que la mémoire ou l'apprentissage. Une des idées les plus originales de Pert concerne le cortex frontal, la partie du cerveau qui est beaucoup plus étendue et plus finement développée chez les humains que chez les animaux. Siège de la planification, de la volonté et de la concentration, le cortex frontal ne parvient pas à maturité avant l'âge de 20 ans. Cependant, en terme de développement cérébral, attendre d'un jeune étudiant diplômé d'avoir déjà un plan de vie très détaillé et de rester assez centré pour le réaliser revient à forcer un enfant à courir alors qu'il est en train d'apprendre à marcher.



Pert a remarqué que les récepteurs aux opioïdes sont particulièrement nombreux dans cette zone du cerveau, et que leur nombre varie cependant énormément d'une personne à l'autre. Les lobes frontaux sont comme des muscles ; ils doivent faire des exercices pour se développer correctement. Les personnes qui ont une bonne pratique de la méditation ainsi que celles qui sont hautement créatives montrent une augmentation de l'activité dans cette zone, suggérant ainsi que le cortex frontal est crucial pour ces fonctions. L'euphorie de la méditation et de la créativité résulte sans aucun doute du grand nombre d'endorphines qui se positionne sur les récepteurs concentrés dans cette partie du cortex lorsqu'il est activé.

Au fil des années, j'ai noté que les cavaliers qui abandonnent les stratégies d'intimidation, génératrices de stress et utilisées pour travailler avec un cheval, se font en fait une faveur. Non seulement ils observent une différence chez leur cheval, mais aussi ils quittent le manège dans un état de plus grand calme, et bien souvent même d'euphorie. Lorsque Joy parvenait à faire travailler Rasa à la longe par la volonté et l'attention, mon élève, auparavant si agitée, ressentait un sentiment de bien-être proche de l'extase durant des heures après la séance. Il ne lui fallut pas longtemps pour comprendre qu'elle se sentait bien mieux après avoir été en relation avec les chevaux que dans la plupart des autres moments de sa vie. En restant toujours en accord avec son propre système corps-esprit de manière à demeurer cohérente en présence de ces animaux, elle se libérait de la pression des émotions refoulées. En montant les chevaux et en les faisant travailler grâce à son cortex frontal à l'aide de techniques qui privilégient l'esprit aux muscles, elle obtenait la coopération d'une créature pesant près d'une demi-tonne d'une manière apparemment facile et permettant de réduire le stress. Rasa n'était pas forcée d'écouter Joy par peur ou intimidation ; la jument s'en remettait au pouvoir de planification et d'intention plus sophistiqué de cette femme. En fait, c'était comme si Rasa empruntait la concentration de Joy. Lorsque Joy se décentrait, Rasa prenait immédiatement le dessus et recommençait à décider par elle-même. De cette manière, la jument agissait comme un agent de biofeedback pour exercer le cortex frontal de Joy.

Par l'intuition et l'expérience, je suis parvenue à comprendre que les chevaux possèdent un talent développé spécialement pour décrypter les intentions à distance, surtout en tant que stratégie de survie. Dans la nature, les animaux qui sont chassés n'ont pas particulièrement besoin d'une grande aptitude à planifier et à se centrer. Il est plus important pour eux de rester dans un mode réflexif, que j'ai appelé la vision panoramique ou « toutes choses égales. » Durant ma période d'immersion en perspective équine au ranch de Timothy Graham, j'ai demandé aux Ancêtres Chevaux de m'expliquer les bénéfices de ce point de vue.

« Dans la vision panoramique, me communiquèrent-ils, on ne prête attention à rien en particulier. Ce sont les choses qui attirent l'attention par elles-mêmes. Toutes choses étant égales, l'attention demeure flottante. De cette manière, lorsque quelque chose change cet équilibre, cela devient tout de suite évident. Les proies les plus insaisissables ne traquent pas. Elles n'ont pas d'ambition particulière. Ainsi, leur mental est libre de sentir ceux qui sont en chasse. Si un tigre traverse en terrain découvert, un peu à l'écart et en étant détendu, personne n'arrête de brouter. Cependant, le même tigre, caché dans l'herbe, fait fuir la harde lorsque son regard se focalise. La concentration de l'attention précède l'action chez les prédateurs. Il ne faut pas attendre que le tigre bondisse pour commencer à fuir. La focalisation précise de son intention appelle l'attention vers lui. »

L'éveil de cette vision panoramique chez Joy, qui avait toujours été une victime, était essentiel pour briser le cycle des mauvais traitements dans sa vie. Par des images telles que « le lac présent derrière les yeux du cheval noir » et la pratique d'un certain nombre d'activités destinées à induire un espace de conscience multisensorielle élargie, elle est entrée en contact avec ses propres sources de conscience, de pouvoir et d'autorité. Les chevaux l'ont aidée à mieux comprendre les pouvoirs spécifiquement humains de la volonté et de l'attention comme une voie d'affirmation de soi, non d'agressivité, dans ses interactions avec les autres. Alors que j'observais ce processus s'épanouir dans la vie de Joy, je me suis souvenue une fois encore de la présence des caractéristiques des prédateurs et des proies dans la psyché humaine. La puissance de chacune de ces visions dans leur relation au monde se renforce dans les situations thérapeutiques où cette paire d'opposés tend à s'équilibrer.

Abuser du cortex frontal ou lui accorder trop d'importance, par exemple, semble faire décroître la créativité et l'attention. Les situations traumatisantes de l'enfance de Joy lui enseignèrent à privilégier l'utilisation de son cortex frontal pour ignorer sa réalité et pour se centrer sur le futur en construisant de belles histoires sur les manières de sauver ses agresseurs, allant jusqu'à endurer, dans la réalité, des situations hautement toxiques. Son traitement impliquait la réorientation de son attention vers la réalité, vers le présent, en élargissant sa vision pour y inclure des informations d'ordre émotionnel, sensoriel ou intuitif, tout en lui enseignant comment utiliser sa volonté afin d'être plus assurée et d'obtenir la considération qu'elle méritait, plutôt que de la rendre plus tolérante aux mauvais traitements.

Notre talent spécifiquement humain pour le langage est associé aux lobes temporaux, ce dont les chevaux ne disposent pas. Cette particularité du cerveau humain, combinée à notre capacité sans cesse croissante de nous concentrer grâce au cortex frontal, crée un outil à double tranchant : l'attention concentrée. La capacité de filtrage du cortex frontal nous permet de prêter attention à une chose par la force de la volonté. Cependant, des sensations et des ressentis se déversent sans cesse dans notre corps-esprit. Lorsque nous formons une pensée et que nous limitons notre attention à cette pensée de façon à la faire correspondre au contexte du langage écrit ou parlé, nous nous dérobons à cette complexité. Lorsque nous transmettons ces instantanés simplifiés de la réalité à d'autres personnes, ils se solidifient en un point de vue culturel qui dessine notre manière de voir le monde. Par exemple,

lorsque nous regardons un cheval, nous filtrons un flot d'informations sensorielles à travers un schéma de pensées stéréotypées – schéma auquel nous nous sommes habitués en grandissant par les renforcements parentaux et culturels. Il en résulte que nombre d'informations ne parviennent pas à notre attention. Comme notre culture accorde une importance trop grande aux types d'abstractions nécessaires pour traduire une expérience en mots, nous en arrivons à un point où les émotions et les mémoires dont nous sommes les plus conscients sont principalement mises en mouvement par la pensée ou les mots.

Chez les chevaux, les mémoires semblent être stimulées par les émotions et les sensations physiologiques qui ont fait surgir l'émotion. Cependant, ces animaux ne séparent pas vraiment les pensées et la mémoire de l'émotion et des sensations. Les quatre éléments sont toujours connectés. C'est la raison pour laquelle le fait de baisser la tête calmera un cheval qui a peur. Le mental d'un cheval baigne littéralement dans une mer de nuances qui existent aussi dans le cerveau humain avant qu'il ne filtre l'expérience par le langage. La plupart des personnes s'identifient elles-mêmes à ce qui remonte à la surface de cet océan et qui est capturé par ce filet que constituent le cortex frontal et les lobes temporaux. Ce filet est tissé par nos habitudes de pensées que le langage impose à nos perceptions et à une petite quantité d'informations sensorielles qui franchissent ce tamis mental.

Lorsqu'une société fonctionne essentiellement avec son cortex frontal, ses membres s'éveillent de plus en plus aux pensées secondaires, des pensées basées moins sur les expériences sensorielles directes et davantage sur des suppositions transmises par d'autres personnes. Un excès de pensées secondaires conduit à une sorte de perte sensorielle volontaire, jusqu'au point où les habitants actuels de nos villes trouvent bénéfique de participer à des classes d'éveil sensoriel. Poussé à l'extrême, le fait d'accorder une importance trop grande à la voie neurale qui existe entre les lobes temporaux et le cortex frontal, tout en ignorant les données reçues du système limbique riche en sensations, conduit à une perte de la créativité et de l'affect émotionnel. La personnalité devient alors sans relief. Cet effet est similaire à celui de la lobotomie, lorsque la connexion entre les lobes frontaux du cortex et le système limbique a été sectionnée chirurgicalement. Il est effectivement troublant que notre système culturel et éducatif puisse avoir, avec le temps, des effets similaires sur le cerveau.

Ce qui est très intéressant, c'est que les génies créatifs semblent penser davantage comme des chevaux. Ces personnes passent de longues périodes à pratiquer le passe-temps favori des chevaux : ne rien faire. Dans son livre, *L'épreuve du feu : l'alchimie du génie créatif*, John Briggs a rassemblé de nombreuses études qui illustrent à quel point les artistes et les inventeurs laissent leurs pensées vibrer dans une étendue de nuances associées au système limbique. Pour accomplir une telle prouesse malgré les influences du conditionnement culturel, ils ont tendance à rester des marginaux ayant du mal à s'adapter dans une société bien polie. Beaucoup de génies créatifs ont parlé assez tard dans leur enfance et n'ont pas obtenu de bons résultats scolaires, accroissant ainsi leur conscience des signaux du ressenti non verbal, des sensations et du langage corporel. Einstein en est un exemple classique : tout comme Kathleen Barry Ingram, il a échoué à son examen d'entrée à l'université.

Comme on peut s'y attendre, ces personnes sensibles et extrêmement empathiques se sentent souvent mal à l'aise en compagnie des membres incohérents de leur propre espèce, et ils ont tendance à se mettre à l'écart du courant culturel majoritaire. Par leur refus de s'accorder au système centré sur une source extérieure, sur les émotions réprimées et sur les pensées de seconde main, les génies créatifs préservent et améliorent leur capacité à activer leur cerveau dans son ensemble. L'information s'écoule librement, renforçant ainsi les voies de communication entre les différentes fonctions du cerveau. La tendance à séparer les pensées des émotions, mémoires et sensations est atténuée. Cela donne naissance à un processus non-linéaire très puissant, un flot de sensations et d'images ayant des actions réciproques avec les réflexions élevées et des aspects multiples et trop complexes de la mémoire pour se résumer en mots. Ces éléments continuent à s'influencer et se superposer avec une force sans cesse grandissante. Les chercheurs font remarquer que le processus est si rapide que le mental conscient enregistre à peine que cela se produit, sans même parler de ce qui se produit.

Maintenant, un humain ou un cheval, peuvent théoriquement agir toute leur vie entière à ce niveau et ne jamais recevoir la reconnaissance pour les idées riches et novatrices qui résultent de ce processus. Ces personnes qui sont appelées génies créatifs luttent continuellement dans le but de communiquer au monde leurs révélations à travers la forme d'expression la plus adaptée – la musique, l'art pictural, la poésie, les mathématiques. Toutefois, leurs talents pour l'innovation ne sont pas tout le temps engagés à produire des séries d'idées complexes et non linéaires liées entre elles. Briggs a signalé aussi que les génies créatifs passent de longs moments à ne rien faire, alternant des périodes de concentration intense sur un projet et des moments d'indolence créative. Albert Einstein en avait fait la remarque une fois en déclarant que certaines de ses meilleures idées lui étaient venues si soudainement en se rasant qu'il s'était déjà coupé par surprise.

Certains chercheurs ont accepté de reconnaître l'autobus, la baignoire et le lit comme étant les trois lieux dans lesquels les découvertes les plus fondamentales ont été faites. Je pourrais ajouter les écuries. En tant que journaliste sujette au blocage devant la page blanche, j'ai rapidement remarqué qu'un passage dans l'écurie pouvait être un premier pas idéal pour l'écriture d'un article. Des phrases entières me venaient à l'esprit alors que j'étais en train de sangler la selle ou de passer le jet d'eau sur un cheval en sueur après une bonne chevauchée dans le désert. Lorsque j'ai arrêté d'écrire des articles pour me consacrer à un livre sur les chevaux, cette explosion de créativité a fleuri dans des directions inattendues.

Mes plus profondes découvertes concernant la compréhension des schémas comportementaux dans les interactions entre les chevaux et les humains ne sont pas toujours survenues durant les séances d'entraînement. Le plus souvent, de nouvelles idées me venaient à l'esprit alors que je me reposais avec mes chevaux. Lorsque le travail était fini, je détachais Rasa et Noche pour qu'ils soient libres de se détendre dans la propriété et je me promenais tranquillement à l'ombre des arbres alors que mes chevaux paissaient alentour. Des pensées et des images non sollicitées prenaient possession de moi de manière si régulière qu'il m'était devenu nécessaire d'avoir un cahier de notes dans la sellerie. En étudiant les idées de Brigg sur les processus créatifs, j'ai compris que j'étais engagée dans une structure prévisible de pensées novatrices. Dans un premier temps, c'est l'étape du travail conscient sur un problème ou sur la bonne question. Puis vient la période d'incubation au cours de laquelle ce travail ne reçoit aucune considération consciente. Soudain, et de manière imprévisible, l'illumination semble surgir de nulle part, comme si le problème demandait à être oublié pour être résolu. L'incubation et l'illumination constituent un ensemble de boucles non linéaires de réactions entre le domaine des nuances du système limbique et les étincelles intermittentes de la réflexion profonde du cortex. Nombreux sont mes clients qui ont remarqué une élévation du sens créatif et de l'intuition pendant et après leur travail avec un cheval. Qu'elles travaillent dans la publicité, la santé, la psychologie ou la science, ces personnes ont trouvé la solution à des problèmes professionnels sur le dos de leur cheval – problèmes auxquels elles ne trouvaient aucune solution en torturant leur cerveau dans l'atmosphère bien plus sérieuse et stressante de leur bureau.

Brigg remarque que « l'état d'esprit créatif semble indolent en comparaison à la concentration agressive d'une pensée déterminée. Pourtant, lorsque nous avons affaire à un problème purement créatif, la solution ou la vérité de la vision résident en partie dans les espaces qui se trouvent entre les pensées, les espaces de la nuance et de l'ambivalence. En y réfléchissant a posteriori, le créateur peut avoir le sentiment de ne pas avoir fait grand-chose parce que leur mental était dans ces grands espaces peuplés de formes vagues. »

D'après ma propre expérience, autant que celle de nombreux entraîneurs et cavaliers talentueux, j'ai compris que c'est cette ouverture aux nuances, à la conscience sensorielle et à la communication non-verbale, quelles que soient les méthodes ou les tâches, qui crée le niveau du rapport inter-espèces rencontré chez les entraîneurs les plus efficaces et les plus couronnés de succès. Un homme ou une femme qui mérite vraiment la distinction de « chuchoteur » utilise ce processus intérieurement, le reconnaît chez le cheval et forge ainsi une boucle de réactions encore plus complexe entre eux deux. Les éclairs spontanés d'inspiration que les artistes et les inventeurs ont l'habitude de créer éclatent si rapidement entre le cheval et le cavalier qu'il est déjà difficile pour l'entraîneur le plus talentueux de se souvenir de ce qui s'est passé, encore plus de le décrire aux autres. Il ne fait pas qu'écouter le chuchotement subtil du langage corporel du cheval, il écoute aussi les chuchotements de nuances qui surgissent dans son propre corps-esprit et qui agissent directement sur les illuminations qui surviennent moment après moment et que le cheval, à son tour, écoute et ajoute à sa propre boucle interne de réactions.

Lorsque vous avez vraiment créé le contact, le fait de monter un cheval est vécu comme une série de petites révélations qui sont récompensées par des libérations d'endorphines. Cependant, la plupart de ces pensées sont utilisées bien avant que le mental conscient puisse comprendre ce qui se passe. Des flashes de clarté mélangés à des vagues d'allégresse s'écoulent comme un torrent de réponses viscérales. Cette « extase du cavalier » explique que les gens continuent à venir monter, malgré tout le travail qu'exigent ces magnifiques créatures. C'est un sentiment de musique en mouvement, une improvisation subtile et silencieuse entre deux âmes qui ne peut jamais être décrite exactement.

Un mental prêt à intégrer le corps dans son ensemble, tout en se connectant de façon socio-sensuelle au corps-esprit du cheval, est la clé du succès en équitation. J'aime appeler ce processus « la plus grande boucle du cerveau », et ma propre expérience du phénomène m'a aidée à comprendre pourquoi les méthodes et les techniques des meilleurs entraîneurs mondiaux sont des gadgets inutiles, voire dangereux, entre les mains de cavaliers qui ne font confiance qu'aux réflexions empruntées à ces hommes et ces femmes durant leurs ateliers. Chaque nouvelle méthode d'entraînement est un point de départ, une possibilité de sortir d'une perspective sans issue et d'ouvrir directement le corps-mental du cavalier à sa monture. Une personne assez sensible pour développer ce type de relation avec sa monture finira par activer « la plus grande boucle du cerveau », et son cheval l'aidera bien naturellement à faire ce saut. Cette personne a non seulement le potentiel pour devenir un bon cavalier et un entraîneur, mais elle verra aussi la créativité émergeant de ce processus de réaction s'infiltrer dans tous les aspects de sa vie. Elle verra alors remonter la partie oubliée d'elle-même, comme Perséphone sortant du monde souterrain pour annoncer l'arrivée du printemps.

Les chevaux sont connus depuis longtemps pour activer ce processus, comme l'attestent les mythes multiculturels. Pégase inspirait les héros de la Grèce antique vers les étoiles de l'éternité, et les eaux magiques qui nourrissaient les poètes surgissaient de l'endroit où ses sabots avaient frappé le sol sur l'Hélicon, la montagne des Muses. Mahomet reçut ses visions sacrées d'Alborak, la blanche jument ailée qui non seulement le porta au paradis mais encore le ramena sur terre en toute sécurité. Ces mythes associent les activités équestres à des images d'inspiration divine, mais ils pointent le doigt vers une vérité que tous les cavaliers ont la possibilité de vivre par eux-mêmes. Même les chevaux mortels peuvent nous guider vers les sources secrètes des connaissances perdues, et ils sont pleinement capables de transporter les morts vivants, ceux qui sont lobotomisés par le paradigme actuel, vers le domaine caché de la vitalité créative et émotionnelle, un royaume qui se trouve vraiment en chacun de nous.

## CHAPITRE VII

### LES CHUCHOTEMENTS

Buck Light montait les Broncos comme personne. Lorsqu'il était jeune cow-boy dans Wyoming, il faisait partie de ceux qu'on envoyait dans le corral où plusieurs chevaux ruaient, bottaient, s'ébrouaient et se battaient entre eux. Quelquefois, la meilleure manière de débarrasser ces poulains entêtés pour parvenir à les monter, au moins aussi rapidement que le patron le demandait, consistait à les seller, les mettre à terre, se mettre en selle et s'accrocher alors que ces chevaux furieux sautaient et se démenaient tout en cherchant à fuir vers les grands espaces.

« Le plus difficile n'était pas de monter sur leur dos ou d'y rester, se souvenait Buck, c'était de descendre sans prendre un coup de sabot à la fin de la première chevauchée. Après quelques jours, de nombreux employés étaient sur la touche avec jambe, côtes ou bras cassés. Mais ceux d'entre nous qui restaient valides ne se considéraient pas spécialement comme chanceux. Le pire était encore à venir. Les poulains les plus faciles à attraper et à seller étaient ceux que nous avions montés en premier. Ceux qui restaient dans le corral, alors que le groupe s'amenuisait, étaient probablement psychotiques. En tout cas, ils se comportaient ainsi. »

La « méthode » que le jeune Buck avait apprise dans ce ranch demandait davantage d'assurance, de muscles et de testostérone que de cervelle. Avec l'âge et en survivant à plusieurs de ses amis cow-boys, il commença à développer une approche plus tranquille et raisonnée pour entraîner les chevaux. « C'était en partie parce que je commençais à me faire vieux et aussi parce que mon dos et mes os ne pouvaient supporter cela plus longtemps, commentait-il. J'avais une bonne raison de devenir plus doux, et cette raison, c'était la douleur. Mais je pense que le changement profond est survenu alors que je vivais à l'écart, sans rencontrer d'autres êtres humains pendant des mois. Mon cheval était mon meilleur ami et avec le temps, j'ai commencé à le traiter ainsi. J'ai commencé à l'écouter vraiment et à apprendre de lui. »

Écouter son cheval oblige à s'adapter à l'humeur et au langage corporel du cheval d'une manière complètement non verbale et socio-sensuelle, tout en prenant en considération le fait que sa monture a des préférences et des aversions, des pensées et des intuitions. À partir de ce moment-là, Buck et sa femme ont traité les chevaux de leur ranch comme des collègues et des amis, ce qui leur permettait de prendre des décisions quant au choix du chemin à prendre ou choisir celui qui serait le premier à être sellé.

« Chaque fois que nous chevauchons dans les prairies à la recherche de nos troupeaux, c'est un partenariat, explique Dana, et nous ne nous considérons pas comme ceux qui détiennent le savoir. Les chevaux savent où sont situés tous les pâturages. Lorsqu'un regroupement est programmé, ils nous disent où se trouve le troupeau et quelle est la meilleure route pour le rejoindre. Je peux dire que les quatre-vingt-dix pour cent du temps, lorsque nous pensons avoir raison et passons outre ce que nous disent les chevaux, nous comprenons qu'ils ont raison lorsque nous arrivons à une impasse ou sommes égarés. De temps en temps, ils font une erreur, mais c'est bien souvent parce que le chemin a été lessivé par le précédent orage. En général, ils regardent par terre à l'endroit où se trouve habituellement le croisement puis ils regardent à droite et à gauche dans une confusion momentanée. »

« La première fois que Buck m'a laissée mener un troupeau toute seule, je devais ramener trois vaches le long d'une clôture et les faire passer par l'ouverture. J'avais pris des leçons d'équitation pendant des années et j'avais l'habitude de diriger mon cheval à chacun de ses pas. Les vaches n'ont pas voulu passer par l'ouverture. Elles ont commencé à s'enfuir dans trois directions différentes. Alors que j'étais en train de réfléchir à la manière de les regrouper, le cheval avait déjà rassemblé les vaches et les avait fait passer par l'ouverture de la clôture. J'ai failli tomber car tout cela s'était passé si vite. J'apprenais à me mettre de côté et à laisser le cheval faire son travail. Il est surprenant de voir à quel point ce genre d'attention améliore leur attitude. Nous avons été jusqu'à décider de les laisser choisir entre eux qui nous allaient monter parce que des chevaux qui ont la possibilité d'exprimer ce qu'ils veulent faire prennent plaisir à travailler, et en fait, ils demandent tous à y aller. Avec Buck, cependant, nous devons prendre de temps en temps la décision finale à cause des disputes car les chevaux veulent tous passer la journée avec lui. »

Découvrir l'humilité en présence de ces chevaux constitue la première étape d'un ensemble d'expériences qui transforme la vie et fait d'un entraîneur ordinaire un novateur qui mérite une véritable reconnaissance. Comme Sam Powell l'écrit dans son livre, *Presque un chuchotement*, une approche holistique du travail avec votre cheval, « Le fait, apparemment simple, de changer ma perception du cheval, au lieu de le voir comme un animal stupide qui a besoin d'être dominé, le considérer comme un animal disposant d'une bonne structure culturelle avec ses demandes, ses besoins et son désir d'être à l'aise, cela m'a apporté des transformations sur les plans physique, mental et spirituel. J'ai compris que beaucoup de difficultés rencontrées pendant ma jeunesse étaient le résultat de ma vision égotiste du monde. Comprendre cela m'a conduit à résoudre systématiquement les problèmes en éliminant les causes. »

Des auteurs américains du monde équestre, largement reconnus comme Powell, Ray Hunt, Tom Dorrance, Pat Parelli, John Lyons et Monty Roberts évoquent tous l'importance de donner le choix à leur cheval, d'écouter ces animaux et d'attendre qu'ils soient responsables de leurs actions. Bien que certains de ces hommes aient appris leur métier auprès des meilleurs entraîneurs dans ce domaine, tous ces formateurs au style western moderne

considèrent que les chevaux sont leurs meilleurs maîtres. La plus grave erreur que les cavaliers novices font en idolâtrant ces chuchoteurs, c'est d'essayer de suivre leurs méthodes sans prendre en compte la conscience, la connaissance de soi et le sens du cheval que ces hommes ont développé alors qu'ils créaient ces méthodes. Toutefois, sans le savoir, certains formateurs perpétuent le problème en se centrant sur des activités spécifiques et le détail original qu'ils ont conçu pour les accompagner, en mettant de côté les nuances essentiellement non-verbales, psychologiques et spirituelles qui ont donné vie à ces techniques. Au cours d'ateliers plus ouverts, les gens vont et viennent, et il est difficile d'être sûr que l'audience a entendu l'ensemble de la présentation et toutes les consignes de sécurité, si essentielles. Ces personnes ne peuvent pas saisir la complexité de l'attention centrée, de la volonté, de la confiance, de la cohérence émotionnelle et de tous les autres aspects de la communication non-verbale en observant depuis des gradins.

Shawnee Allen, une propriétaire et éleveuse de chevaux expérimentée avec qui je me suis longuement entretenue, faisait remarquer qu'après avoir étudié les livres de Dorrance, Lyons et Parelli, elle se sentait frustrée « parce qu'ils parlaient des relations particulières avec le cheval mais n'expliquaient jamais comment y parvenir, ou bien ils expliquaient le mécanisme de leur méthode, et qu'après les avoir testées vous comprenez qu'il manque quelque chose parce que vous n'obtenez pas les mêmes résultats qu'eux. J'ai toujours eu le sentiment que l'information essentielle était mise de côté, soit parce que le formateur ne savait pas exactement ce qu'il faisait de particulier, soit parce qu'il ne savait pas l'expliquer. »

Les formateurs les plus populaires inspirent les gens. Ils montrent le potentiel des interactions entre les humains et les chevaux basées sur la confiance et la communication. Ils savent comment créer la relation consensuelle que de nombreux cavaliers désirent avoir avec leur propre cheval. En tant qu'entraîneurs doués et disposant d'une vaste expérience dans toutes sortes de domaines liés aux situations de défi ou d'urgence dans le monde du cheval, rien ne peut plus vraiment les surprendre. Leur capacité à garder leur sang-froid en présence de chevaux qui font des ruades, qui bottent ou qui frappent impressionne leurs audiences, tout comme leur capacité à calmer ces animaux et à les recentrer suffisamment pour commencer à coopérer assez rapidement. Ils sont experts dans la lecture du langage corporel, dans les réponses à donner aux plus subtils changements chez l'animal, en faisant des ajustements extrêmement rapides qui libèrent le cheval de toute pression que pourrait causer un malaise physique, émotionnel ou mental avant même que cela puisse se transformer en panique.

Au fil des ans, ces entraîneurs ont développé un niveau d'attention socio-sensuelle hautement sophistiqué, resté toutefois en grande partie inconscient. Il est très facile pour eux d'impliquer leur mental, leur corps et leur intuition pour créer la « boucle d'un plus grand cerveau », un état de conscience novateur qui détecte, analyse et explique en détail les nuances les plus subtiles. Ces personnes savent exactement ce qu'elles attendent de leur cheval et elles sont assez centrées pour projeter leurs intentions à distance tout en restant très sensibles aux signaux physiques et émotionnels, sans cesse fluctuants du cheval. Elles sont toujours prêtes à effectuer les changements nécessaires pour s'adapter à un tempérament particulier, à des détails physiques, à des dons ou à des besoins spécifiques. Elles ont conçu un ensemble d'activités et, dans certains cas, des pratiques particulières pour aider les cavaliers moins expérimentés à devenir plus centrés, plus coordonnés et plus conscients du point de vue du cheval.

En fait, de nombreux élèves commencent à engager une relation avec leur cheval en pratiquant leurs exercices. Toutefois, le problème survient lorsque ces élèves s'imaginent que la magie réside dans la mécanique de la méthode du formateur et que, s'ils font exactement les bons gestes, ils deviendront, eux aussi, des « chuchoteurs. »

Un de ces scénarios catastrophes s'est illustré avec un homme d'âge moyen qui avait acheté une pouliche mustang après avoir participé à un atelier de deux jours avec l'un de ces entraîneurs. Raymond avait décidé de suivre les conseils de son formateur et donc de mettre le cheval au petit galop en longe libre jusqu'à ce que l'animal coopère pour changer de direction, ralentir, marcher vers lui et rester sur place. La méthode stipulait que si le cheval refusait d'écouter ou devenait agressif d'une manière ou d'une autre, l'entraîneur devait le faire galoper jusqu'à ce qu'il soit fatigué et accepte de faire attention.

Manquant de cette finesse qui vient avec l'expérience, l'homme terrifia le cheval jusqu'à la frénésie. Il devenait de plus en plus insatisfait lorsque la jument refusait de répondre quand il lui demandait de ralentir et de venir vers lui. Comme lors des premières tentatives de Joy pour faire ralentir Rasa alors qu'elle était en longe libre, il courait vers le mustang en lui criant de s'arrêter d'une voix de plus en plus forte et autoritaire. En réponse, la pouliche galopait de plus en plus vite. L'homme avait probablement peur de débiter avec cet animal car il n'avait jamais possédé de cheval auparavant. Bien que n'ayant pas été témoin de ce fiasco – il se déroula dans une pension pour chevaux située de l'autre côté de la ville – il me semble que ce scénario illustre dans les grandes lignes les difficultés typiques auxquelles s'expose un cavalier novice, des défis facilement surmontés sous la direction d'un moniteur.

Toutefois, Raymond ne voulait accepter les services de quiconque pour l'aider. Il avait dépensé deux cents dollars pour ce cours et huit cents autres pour acheter le mustang. Pourtant, comme Buck aime le dire : « Acheter un chapeau et un cheval, cela ne fait pas de vous un cow-boy. »

Raymond ne savait pas de quelle manière mettre sa jument en confiance, et pas davantage lire les messages subtils qu'elle émettait. Sans aucun doute, il a transféré sa propre peur et ses doutes à la pouliche au niveau socio-sensuel



même s'il tentait de les camoufler en prenant l'allure d'un type sévère.

Le malheur de cette histoire, c'est qu'au lieu de demander de l'aide, d'essayer une approche différente, ou de s'en tenir là lorsque la pouliche refusait de l'écouter, il l'a vraiment poussée jusqu'à la mort en la forçant à se plier à une méthode qu'il avait observée à distance. Le formateur avait présenté cela comme quelque chose de si facile et tellement logique. Raymond s'était sans doute imaginé que s'il poussait un peu plus, la jument se soumettrait et il atteindrait son but. La jument a vraiment écouté Raymond, mais ce dernier n'était pas assez expérimenté pour la comprendre. Elle a répondu à ses mouvements agressifs par la panique qu'elle ressentait habituellement en présence d'un prédateur. Lorsqu'il a couru vers elle en braillant et en agitant ses bras, elle a accéléré, ce qu'elle aurait fait quelles que soient ses paroles.

L'ignorance n'est pas un bon ingrédient pour travailler avec les chevaux. Si cet homme s'était soucié d'étudier le livre de ce formateur avant de passer à la phase d'expérimentation avec sa nouvelle pouliche, il aurait vu la longue liste des précautions importantes et incontournables pour travailler dans un enclos, en mettant la sécurité et le bien-être du cheval comme priorité. Raymond a ensuite été arrêté pour cruauté envers un animal. Après avoir payé une grosse amende et subi une période de disgrâce publique, il s'est retrouvé libre d'acheter un autre cheval s'il le désirait. La pouliche, quant à elle, n'a pas eu de seconde chance.

Lire des livres, regarder des cassettes vidéo ou participer à des ateliers proposés par des entraîneurs pleins de talent peut conduire à une ouverture dans le domaine des relations entre les humains et les chevaux si les cavaliers restent sensibles, réactifs, réalistes et surtout présents. Dans une culture qui conditionne les individus à minimiser l'influence des connaissances expérimentales, somatiques, sensorielles, émotionnelles et intuitives pour se centrer plutôt sur des connaissances de seconde main reçues de ceux qui font figure d'autorité, de nombreuses personnes croient vraiment que si elles achètent la panoplie complète, si elles analysent chaque geste des formateurs et suivent la méthode à la lettre, elles réussiront. J'ai même vu les admirateurs fervents d'un certain entraîneur s'habiller exactement comme leur idole. Toutefois, en imitant un expert, nombre de ces élèves ne peuvent pas vraiment être en contact avec leur cheval puisqu'ils essaient de se souvenir ce que disait ou faisait le formateur, ignorant complètement les nuances que ces êtres bien réels et présents dans le manège tentaient de communiquer.

La situation est encore plus exacerbée lorsqu'un cavalier de renommée nationale accorde à certaines personnes des certifications pour enseigner ses techniques, autorisant ainsi des entraîneurs à animer des ateliers entièrement dédiés à sa méthode. Un formateur particulièrement célèbre et cavalier talentueux ayant une belle prestance, que j'appellerai ici Terry, semble véritablement dévoué à améliorer la vie des chevaux en éduquant leurs propriétaires. J'avais profité de points de vue et conseils très intéressants au cours de ses ateliers, dans ses livres, dans ses cassettes vidéo, et cependant j'ai remarqué que certains chevaux répondaient beaucoup mieux avec d'autres méthodes. Terry est toujours prêt à adapter ses techniques pour qu'elles correspondent à la situation, créant ainsi de nouvelles approches qu'il transmet ensuite à d'autres par l'intermédiaire de son vaste réseau multimédia sous forme de lettres d'informations, cassettes audio et vidéo, et d'ateliers. Cependant, un propriétaire qui habitait dans ma région s'est retrouvé en proie à la confusion, le moral au plus bas, à la suite d'un atelier animé par « Jon », un des formateurs certifiés de Terry.

« Jon a passé la moitié de la matinée à faire un boniment publicitaire sur des accessoires que Terry avait créés, rapporta Karen. L'inscription à une journée de séminaire représentait déjà pour moi un effort financier, aussi je ne pouvais pas m'acheter le harnachement, la longe et la cravache modifiée que nous étions censés utiliser. Voyant que j'avais beaucoup de mal à obtenir de mon cheval qu'il réponde aux indications verbales que nous étions en train d'apprendre, Jon m'expliqua que c'était parce que je n'avais pas investi dans un équipement approprié. Il m'ignora le reste de la journée. »

Lorsque j'ai observé Karen qui essayait d'utiliser une des techniques enseignées durant cette journée, j'ai compris qu'elle n'était pas assez assurée et centrée pour obtenir la réaction désirée de la part du cheval. Pour marquer le fait, j'ai pris une branche d'environ un mètre qui se trouvait près du manège. En utilisant ce bout de bois tordu, j'ai commandé le cheval pour qu'il effectue le mouvement désiré. « Ce n'est pas l'instrument, ai-je souligné, mais l'intention qui compte. » Avec le temps, les personnes qui travaillent avec les chevaux choisissent les outils avec lesquels elles se sentent le plus à l'aise, quelquefois en les modifiant pour qu'ils répondent au mieux à leur attente, alors que ces mêmes outils peuvent paraître gênants pour d'autres formateurs tout aussi talentueux. C'est la raison pour laquelle de nombreux novateurs créent leurs propres accessoires. Linda Tellington-Jones utilise un fouet de dressage de couleur blanche, afin que le cheval puisse mieux voir ses différents ordres. Pat Parelli utilise un bâton de la même longueur pourvu d'une corde en son extrémité, créant ainsi une version plus courte et plus stable du fouet de longe. Mais il ne s'agit pas de baguettes magiques qui transfèrent automatiquement le secret de la sagesse de l'entraîneur à tous ceux qui l'achètent. C'est ce que la personne projette et communique à travers l'objet qui fait la différence.

Jon avait appris les méthodes de Terry, mais il n'avait pas très bien saisi le message présent derrière elles. En franchissant les différentes étapes, en passant les tests d'aptitude prévus dans le cursus, Jon maîtrisait le mécanisme du style d'une autre personne, en disposant certainement de bonnes aptitudes physiques et mentales pour y arriver. Au cours du processus, il avait appris les qualités de l'assurance, de l'intention, de la transmission de messages cohérents, de la conscience socio-sensuelle, de la communication verbale, et aussi il avait appris à



répondre à des chevaux divers dans des circonstances particulières. Ces compétences se sont développées inconsciemment pendant que Jon se concentrait sur le bon usage du matériel pour exécuter une liste de plus en plus complexe d'activités mises au point par son mentor. Lorsqu'il fut certifié et put enseigner aux autres, Jon n'avait toujours pas compris que c'était les qualités que les personnes développaient à travers la méthode, et non la méthode elle-même, qui conduisaient au succès.

Malgré ses intentions les meilleures, Terry se heurtait à l'écueil classique qui consiste à créer un empire basé sur la standardisation de ce qui était, à l'origine, une innovation. Il commença à vendre sa technique comme si c'était la seule approche capable d'enseigner aux cavaliers comment être véritablement en contact avec leur cheval. Le processus de certification qu'il a établi suit une hiérarchie de plus en plus rigide. Seules les personnes intéressées d'apprendre ses techniques exactement comme il les utilise peuvent passer les différents degrés : débutant, intermédiaire, avancé et instructeur. Comme cela est bien compréhensible, puisque ces formateurs enseignent une méthode qui porte son nom, il ne peut pas soutenir des formateurs qui ne transmettent pas ses idées au pied de la lettre. Bien qu'il s'assure que les personnes qu'il certifie se concentrent exclusivement sur ses méthodes, son système produit des formateurs comme Jon, un homme qui ne possède ni l'intuition ni la flexibilité nécessaires pour aider Karen. En fait, cette femme s'est sentie trompée et escroquée après avoir participé à son atelier. Avant de lui expliquer la situation dans ces termes, Karen s'apprêtait à faire savoir autour d'elle que la méthode de Terry était un commerce pyramidal destiné en tout premier lieu à vendre ses équipements.

Une des premières instructrices certifiées par Terry a été expulsée du groupe lorsqu'elle a remis en cause l'efficacité de certaines de ses méthodes et a osé suggérer ses propres alternatives. À l'instar d'une communauté spirituelle centrée sur son gourou, une hiérarchie qui se structure sur les techniques codifiées d'une seule figure d'autorité ne peut pas satisfaire une élève qui prend confiance et réfléchit par elle-même. D'un autre côté, pourquoi une personne capable de créer son propre style et ses propres innovations souhaiterait-elle continuer à enseigner sous le nom de quelqu'un d'autre ? Terry, par exemple, a été inspiré par Tom Dorrance, un entraîneur qui a influencé de nombreux formateurs de style Western devenus célèbres aujourd'hui. Aucun de ces hommes n'a enseigné « la méthode Dorrance. » Ils ont développé leurs propres techniques et leurs manières d'être en relation avec les chevaux, tout en considérant respectueusement Dorrance comme leur mentor.

Cependant, lorsqu'un entraîneur commence à attirer l'attention sur le plan international, la tentation d'établir des standards de certification devient irrésistible. Les éditeurs et les directeurs de marketing entrevoient le potentiel d'accroissement des ventes lorsque les tournées du formateur sont accompagnées de la publication de ses livres. Les personnes qui ont fait des découvertes significatives grâce à ses méthodes se passent le mot, et les inscriptions aux ateliers et aux conférences augmentent. En fin de compte, le formateur comprend qu'il ne peut pas accepter toutes les interventions qui lui sont proposées. Alors, il envoie l'un de ses élèves suffisamment doué et loyal pour transmettre l'enseignement en son nom. Il n'y a pas de mal à faire cela, du moins au début. Toutefois, les problèmes commencent lorsque le processus de formation des formateurs se transforme lui-même en activité commerciale.

Lorsque le créateur devient trop occupé pour superviser le développement de ses assistants à travers le processus d'apprentissage, il doit créer des tests standardisés pour évaluer la compétence. Pourtant, une personne qui applique la technique parfaitement peut ne pas posséder suffisamment la méthode pour l'enseigner. Elle peut aussi ne pas être à même d'assumer la responsabilité et la notoriété de devenir leader dans ce domaine. J'ai vu des formateurs certifiés, et dans certains cas les fondateurs eux-mêmes, laisser resurgir leurs problèmes personnels et leurs frustrations sur des personnes ayant investi une grande confiance et beaucoup d'argent pour participer à leurs ateliers. Souvent ces abus de confiance s'apparentent aux tactiques que j'avais vu pratiquer par Wolverton avec ses employés dans la ferme d'élevage où j'étais en apprentissage. Une des formatrices particulièrement douée, Gina, m'a enseigné beaucoup dans certains aspects de l'équitation. Toutefois, lorsque sa méthode ne fonctionnait pas automatiquement sur Rasa durant une démonstration, elle utilisait systématiquement tout un jargon technique pour expliquer que la jument ne valait rien ; elle faisait cela de telle manière que je finissais même par me sentir reconnaissante envers elle, même si cela me faisait pleurer. Gina s'est arrangée à la perfection pour mettre l'une des cavalières les plus expérimentées et novatrices de la ville dans une telle confusion que celle-ci a quitté la profession pendant cinq ans. D'une certaine manière, Gina a été capable de féliciter Jenny pour ses talents de monitrice, tout en la fragilisant à un niveau non verbal. Lorsque Jenny et moi-même nous sommes retrouvées plusieurs années après et que nous avons partagé notre expérience avec Gina, nous avons compris que même si les méthodes de cette femme étaient sensées et utiles, elle avait tendance à casser sournoisement toute personne qui la mettait en insécurité. En réalité, elle entrait en compétition avec certaines personnes qui participaient à ses ateliers, en particulier celles qui avaient développé un sens aigu de l'autonomie et leur pouvoir personnel. Alors, dans ces moments-là, elle pouvait être profondément incohérente, et je suis à peu près certaine qu'elle n'en était pas consciente. Il est fortement possible que ce soit la seule raison pour laquelle Rasa a refusé de coopérer avec elle. En fait, lorsque j'utilise certaines techniques de Gina avec Rasa chez moi, la jument n'a aucune difficulté à suivre mes demandes.

De nombreuses personnes ont conscience des problèmes que soulève la prolifération des empires des formateurs. D'ailleurs, il existe de nombreuses plaintes derrière tout cela. Pourtant, personne ne semble vouloir s'occuper officiellement et de manière constructive de ces problèmes. Les formateurs eux-mêmes sentent généralement qu'il y a bien trop à perdre pour faire des remarques. Les associés et les instructeurs certifiés ont investi trop de

confiance dans leur leader ; ils ont tendance à penser que le problème appartient aux autres formateurs et non pas au leur. De nombreux moniteurs d'équitation sont devenus sceptiques envers tous les formateurs parce qu'ils voient ce qui se passe pour les chevaux après le passage de l'un de ces formateurs, reconnu au niveau national, dans leur région.

Des cavaliers complètement inexpérimentés dépenseront plusieurs centaines de dollars pour participer à un atelier de deux jours animé par un cavalier de renom. Ils se procureront tous les équipements spécifiques, les livres et les vidéos ; puis ils se précipiteront pour acheter un jeune cheval parce qu'un tel animal coûte bien moins cher qu'un animal dressé avec soin. Cependant, lorsque les personnes essayent d'appliquer les techniques exposées pendant l'atelier, elles n'ont pas développé la coordination, l'équilibre, la compréhension de la structure et du langage corporel du cheval, l'intuition, le niveau de conscience socio-sensuel nécessaire pour mettre en œuvre ces techniques de manière efficace. De plus, le cheval sent bien que leur propriétaire ne sait pas ce qu'il fait et il s' imagine qu'il pourra mener la séance. Les personnes comme les chevaux en sortent blessés. Après avoir été désarçonné ou piétiné, le débutant sérieux cherchera un bon moniteur dans son secteur pour progresser sous sa direction. Mais de nombreuses personnes, aveuglées par ces ateliers, refusent de demander l'aide dont elles ont besoin. Les montures sur lesquelles elles avaient tant projeté deviennent des chevaux délaissés ou, s'ils ont de la chance, sont revendus à des personnes disposées à investir temps et argent dans un apprentissage convenable. Si j'avais fondé un organisme bénévole d'aide aux chevaux, je passerais ma vie à récupérer des chevaux des mains de propriétaires désillusionnés et trop entêtés pour demander de l'aide, m'occupant alors de réhabiliter ces chevaux et de leur trouver une bonne place pour vivre.

La solution, telle que je la conçois, implique un partenariat plus serré entre les formateurs et les moniteurs d'équitation. Cela ne pourra se produire que lorsque les entraîneurs nationalement reconnus accepteront de prendre la responsabilité de la pagaille qu'ils créent, et lorsqu'ils résisteront à la tentation de faire prospérer sans concession leur commerce. Pour chaque personne capable d'apprendre une méthode en regardant des vidéos et en participant à des ateliers deux fois par an, combien en ressortent blessées ou simplement perdent leur intérêt ? Plutôt que de certifier des instructeurs qui enseignent en leur nom, des pionniers comme Terry feraient mieux d'encourager les élèves bien avancés et intéressés à faire une carrière dans le monde du cheval à donner des cours à titre privé. De cette manière, des personnes comme Jon seraient obligées d'apprendre ce qu'il faut faire pour garder une clientèle fidèle. Si Jon veut lui aussi devenir un formateur itinérant, il devra alors le faire en son propre nom et grâce à sa réputation. Un système permettant aux gens de démarrer une carrière équestre sur les chapeaux de roue en se vendant comme le clone de quelqu'un d'autre peut griller par la même occasion toutes les personnes impliquées dans cette démarche. Après tout, la réputation de Terry n'a pas été soutenue par le comportement de Jon vis-à-vis de Karen. Jon apparaissait un peu comme un vendeur Amway [1](#) dans le domaine équestre et Karen avait perdu de l'argent qu'elle aurait pu dépenser de manière plus constructive pour son cheval.

Les formateurs vraiment intéressés par le bien-être des chevaux devraient avertir les personnes qui participent à leurs présentations que des leçons avec des moniteurs expérimentés aideront à développer les qualités non verbales nécessaires pour être véritablement en contact avec leur cheval. Toutefois, pour encourager les participants à continuer à travailler entre les ateliers avec un instructeur local, ces pionniers doivent admettre que leur manière n'est pas la seule, et ils doivent aider les élèves à développer les qualités nécessaires pour trouver un bon moniteur. Parallèlement au développement de l'influence du formateur, celui-ci établira une liste de formateurs qualifiés, de différentes régions, qui pratiquent sa méthode. Cependant, plutôt que de promouvoir des instructeurs certifiés qui s'engagent à enseigner en exclusivité la méthode du formateur, je pense plutôt que les formateurs devraient soutenir les professionnels familiers avec leur méthode qui restent indépendants et qui engagent leur réputation. Par exemple, Linda Tellington-Jones a déposé un terme spécifique pour les praticiens formés en TTEAM. Au niveau de la certification, les personnes sont considérées comme qualifiées pour entraîner et réhabiliter des chevaux en utilisant cette méthode et pour enseigner en petits groupes selon ses enseignements, mais elles ne sont pas habilitées à animer des ateliers en son nom. Selon moi, c'est bien la limite à ne pas dépasser. Les seules personnes en qui les formateurs devraient avoir confiance pour enseigner leur méthode à un large public sont les élèves choisis pour suivre un apprentissage rigoureux et personnel avec le créateur de la méthode : un apprentissage qui forme un professionnel pleinement affirmé, et non pas un clone au service de son maître. La plupart de ces méthodes marchent parce qu'elles proviennent d'un état de conscience novateur et réactif. Si cet état d'esprit est démobilisé au cours de l'apprentissage, comment la personne pourra-t-elle présenter la vision du formateur ? L'idée de « La Méthode » capable de donner automatiquement à tous ceux qui la suivent les pouvoirs de l'entraîneur créateur doit s'effacer au profit de l'engagement des cavaliers à s'entraider afin d'explorer les qualités éthiques, expérimentales, émotionnelles, socio-sensuelles et intuitives qui ont fait naître ces méthodes.

#### UNE TOUCHE FÉMININE

Un des aspects les plus intéressants et cependant les plus frustrants du phénomène des chuchoteurs est leur dédain flagrant pour toutes les innovations provenant des femmes qui exercent ce métier, et leurs relations ambiguës avec les femmes en général. Dans le mythe moderne de Nicholas Evans, une mère ambitieuse, sa fille handicapée et un hongre traumatisé sont tous trois guéris par leur sauveur : un cow-boy sensible. Dans la version filmée, le chuchoteur est par la suite émotionnellement atteint personnellement dans sa relation avec ces femmes. Et dans le livre, il est tué.

Lorsque le film et le livre examinent l'apport des chuchoteurs, ces entraîneurs novateurs ne sont que des hommes qui ébranlent les conventions, des hommes qui ouvrent une ère nouvelle faite de douceur, de respect et de coopération dans un monde de tradition équestre inhumaine à l'extrême. Pourtant, en comparant les techniques de Monty Roberts, Ray Hunt et Buck Brannaman, – les entraîneurs que Evans a consultés pour écrire son livre – et les formatrices et écrivains Linda Tellington-Jones, Marie Wanless, Sally Swift et Peggy Cummings, il est évident que ces dernières ont développé des approches d'entraînement tout aussi efficaces mais plus douces et qui se sont révélées souvent plus sécuritaires pour les cavaliers débutants. Une personne qui expérimente les techniques de ces femmes ne court pas le risque de mener son cheval à la longe jusqu'à la mort en utilisant les pratiques observées au cours d'un de leurs ateliers. Pourtant, même la formatrice disposant des meilleures techniques publicitaires ne reçoit pas la même attention du public, et le phénomène des chuchoteurs n'a rien fait pour que leurs innovations soient mieux reconnues.

Une des raisons pour lesquelles Monty Roberts a tant retenu l'attention des médias, c'est parce qu'il peut calmer, seller et monter un cheval non préparé en moins de trente minutes ; ce qui correspond au temps utilisé par les nouveaux programmes télévisés. L'entraîneur John Lyons réalise de telles transformations au cours de ses ateliers. Toutefois, contrairement au cavalier novice, ces hommes ont des années d'expérience à leur actif. Ils sont déjà branchés sur la « fréquence du cheval » et ils peuvent sauter des étapes qu'un cavalier débutant ne peut ignorer sans se mettre en danger. Roberts est aussi très clair sur le fait qu'il a développé certaines de ces techniques pour sauver la vie de mustangs qui étaient destinés à l'abattoir.

À l'âge de 13 ans, en compagnie de son frère, il a accepté le défi de seller cent trente chevaux sauvages en seulement deux mois. Et le comble de l'histoire c'est que ces chevaux sauvages étaient les survivants d'un rodéo local qui les avait traumatisés lors de leur premier contact avec les humains. Des cow-boys ont attrapé au lasso, équipé et monté ces chevaux paniqués sous les acclamations de vingt mille spectateurs ; vingt de ces chevaux sont morts ou ont été blessés au point d'être abattus ; ceci pour la plus grande excitation de la foule. Chaque fois qu'un cheval tombait au sol, frémissant dans son agonie, Roberts pouvait entendre des voix en extase crier : « De la viande pour Crow ! De la viande pour Crow ! » « Le travail du jeune homme après ce rodéo consistait à faire en sorte que les mustangs aient plus de valeur vivants que morts, » a-t-il écrit dans *L'homme qui murmurait à l'oreille des chevaux*. « Un mustang dressé pouvait intéresser un acheteur lors de la grande vente aux enchères d'octobre ; un cheval sauvage était destiné à Crow. Leur vie était entre nos mains. » Roberts a perfectionné ses compétences comme mesures d'urgence en essayant de faire au mieux avec ces rodéos cruels dont il souhaite l'abolition. Cependant, pour le cavalier moyen, essayer de répliquer à une telle cadence n'a aucun sens et peut même l'empêcher de voir des problèmes survenus après que le cheval ait été sellé et monté pour la première fois.

Dans son livre, *Pour le confort du cheval*, Mary Wanless attribue une bonne part des difficultés physiques ou comportementales à une sellerie inadaptée et à des techniques de monte déséquilibrées et génératrices de tensions. « Un grand nombre de chevaux et de cavaliers que je rencontre s'en sortent assez bien malgré des défauts de selle ou de fer chez les chevaux, écrit-elle, mais j'ai rencontré aussi des cavaliers très bien intentionnés qui ne voyaient pas que leur cheval était handicapé à cause d'eux. Avec les années, j'en suis arrivée à dire qu'au moins soixante pour cent des chevaux que je vois montrent des signes de souffrance ou de mal-être qui pourraient être évités en portant plus d'attention à leur harnachement, leurs sabots et leurs dents. Bien d'autres tireraient un grand bénéfice d'un examen minutieux mené par un physiothérapeute, un chiropracteur ou un masseur afin de découvrir les chaînes de tensions dans le corps du cheval. » Wanless note aussi que « certaines autorités ont admis que quatre-vingt-cinq pour cent des chevaux de compétition voient leurs performances compromises par de tels problèmes physiques. »

Les livres et les ateliers de l'entraîneuse anglaise prennent en compte tous les sujets, depuis les pratiques de monte réfléchies, la visualisation créatrice et l'influence de l'état physique et mental du propriétaire sur le comportement du cheval, la dentisterie équine, l'analyse des fers et de la démarche, la nutrition, l'ajustement de la sellerie, le travail corporel, la physiothérapie, l'herboristerie, l'aromathérapie, la médecine énergétique, l'homéopathie, l'acupuncture, le comportement et le langage du cheval, et l'approche intuitive de la communication animale. L'approche holistique de Wanless fait preuve d'une ouverture et d'une compassion nourries par des années de recherches approfondies. Elle ne cherche pas tant à promouvoir une méthode qu'à aider les personnes à développer la connaissance et la sensibilité aux nuances, essentielles pour un succès à long terme. Il n'y a pas de recettes rapides dans ses livres. Ses techniques et ses suggestions sont destinées à aider les chevaux et les humains à prendre du plaisir ensemble et à s'entraider alors qu'ils partagent un voyage vers la santé et les performances.

Linda Tellington-Jones développe elle aussi une approche holistique de l'équitation et de la formation. Débutant avec la présentation du TEAM (Tellington-Jones Equine Awareness Mouvement) en 1978, l'intérêt pour ses techniques s'est propagé sur les six continents, avec la création de centres de formation en Allemagne, Australie, Autriche, Canada, États-Unis, Russie, Suisse. Pendant son enfance au Canada, en participant à des concours hippiques, en prenant des leçons de monte anglaise et western, elle a appris différentes méthodes alors courantes dans le monde de l'équitation. À l'âge de 16 ans, elle était monitrice professionnelle. En 1961, avec son mari Wentworth Tellington, elle a ouvert le Pacific Coast Equestrian Research Farm à Badger, en Californie. Ce centre, qui proposait une structure de formation rigoureuse et novatrice, attirait des étudiants de neuf pays et de trente-six états. Dans le début des années soixante-dix, elle a collaboré avec Ursula Bruns, editrice d'un magazine alternatif allemand destiné aux cavaliers randonneurs. Les heures innombrables passées à discuter des techniques de monte

et d'entraînement ont conduit Bruns à créer une formation spécifique sur onze jours destinée aux cavaliers débutants, connue sous le nom de « Méthode Bruns-Bahr », qui met l'accent sur le plaisir, la détente et l'apprentissage sans stress. Des milliers de personnes ont été formées par ces cours révolutionnaires.

Au milieu des années soixante-dix, Tellington-Jones a commencé à voyager pour enseigner en ateliers à des cavaliers dans toute l'Europe. À cette époque, elle a été attirée par le travail du Dr Moshe Feldenkrais, un médecin israélien qui avait fait des découvertes importantes pour soigner les troubles physiques et maximiser les performances sportives chez les humains. Elle a suivi une formation professionnelle complète avec Feldenkrais à l'Institut de Psychologie Humaniste de San Francisco. Cette expérience a influencé profondément son approche du travail avec les chevaux. « Il pense que le système nerveux humain est capable d'apprendre en une seule expérience, sans nécessité de répétition, en utilisant des mouvements inhabituels, dans la mesure où ceux-ci ne sont pas répressifs et ne causent pas de douleur, écrit-elle dans son livre sur la méthode TEAM. J'ai commencé à adapter ce concept au travail avec des chevaux à problèmes. La pensée que nous pouvons changer le comportement du cheval en quelques leçons était totalement révolutionnaire. Je croyais, comme la plupart des gens, qu'un cheval ne pouvait apprendre que par la répétition. »

Sur la base de son travail avec des centaines de personnes et de leur cheval « à problèmes », Tellington-Jones a conçu une série d'exercices au sol et des techniques de monte qui, avec une utilisation minimale, apporte des changements permanents dans la personnalité et le comportement. Par ces activités, les propriétaires apprennent à créer un environnement d'apprentissage libre de stress qui provoque une demande inhabituelle pour le mental du cheval autant que pour ses muscles, élargissant ainsi la conscience du contact entre les processus physiques et mentaux chez le cheval comme chez le cavalier. Elle changea donc par la suite son acronyme en TTEAM (Tellington Touch Equine Awareness Method), afin de mettre l'accent sur la série de mouvements circulaires qu'elle a conçue et qui, bien que similaire au massage, est en fait destinée à agir sur le système nerveux du cheval en activant un processus lié à l'intelligence cellulaire. Des études scientifiques menées par Candace Pert et d'autres chercheurs dans le domaine des connexions corps-esprit ont par la suite confirmé les observations : ce toucher relâche des tensions associées à des traumatismes et leurs mémoires contenues dans le corps. Tellington-Jones s'est ensuite intéressée à modifier sa technique pour l'appliquer aux humains.

La formatrice Peggy Cummings a commencé à explorer les pratiques équestres alternatives alors qu'elle approchait la quarantaine et qu'elle prenait conscience que toutes ces années d'équitation traditionnelle pesaient sur son corps. Les techniques de Centered Riding (Équitation centrée) de Sally Swift lui avaient fait découvrir les bienfaits du travail corporel et lui avaient enseigné de nombreux principes favorisant une monte libre de tensions et de souffrance. Grâce à Linda Tellington-Jones, elle a approfondi ses connaissances sur le concept unifiant du cheval et de son cavalier, alors que Major Andres Lindgren lui a enseigné ses techniques pour s'occuper de manière spécifique des problèmes des chevaux. Avec de telles bases reçues de leurs « inventrices », elle a conçu le Connected Riding (Équitation connectée), un programme qui met l'accent sur des mouvements souples et naturels pour les deux espèces. Dans son travail, elle aide les élèves à comprendre les habitudes mentales et physiques qui bloquent la liberté des mouvements. « En explorant l'Équitation connectée, écrit-elle dans l'introduction de son livre, vous constaterez que cela défie certains des principes de base qui vous ont été enseignés sur l'équitation, en particulier en ce qui concerne la position et les aides. Cela vous demandera de devenir indépendant et de réfléchir. Vous devrez être l'élève du cheval, et non pas simplement un élève en équitation. Enfin, cela vous demandera de devenir responsable pour mener la danse que crée ce contact. »

Alors que de nombreux cavaliers traditionnels de compétition restent sceptiques, les moniteurs spécialistes de l'équitation thérapeutique n'ont pas mis longtemps à intégrer les innovations de ces visionnaires. Le programme Epona utilise une combinaison de techniques adaptées des méthodes des différentes femmes mentionnées plus haut, en plus de certaines pratiques dérivées de celles de Pat Parelli, John Lyons et Monty Roberts.

Cependant, il existe deux domaines importants que les formateurs, hommes ou femmes, négligent d'approfondir : les aspects émotionnels et spirituels qui émergent de cette rencontre entre le cheval et l'être humain. Même les entraîneurs qui semblent ouverts, dans une orientation holistique, essayent d'éviter de parler des difficultés émotionnelles dans leurs livres ou au cours de leurs ateliers. C'est comme s'ils avaient peur d'ouvrir la boîte de Pandore des dysfonctions qui couvent juste sous la surface de ces relations entre espèces, et dans certains cas avec de bonnes raisons. En fait, Monty Roberts est le seul formateur reconnu qui accepte de parler en public de ces problèmes.

Alors que la majorité des entraîneurs sont intimidés par les sujets d'ordre émotionnel, les meilleurs formateurs admettent qu'un cavalier équilibré et bien adapté pourra plus facilement « donner » un cheval plus équilibré et mieux adapté. Comme Pat Parelli l'écrit dans son livre, *Natural Horse-Man-ship* : « Vous allez agir ensemble. Vous devez être serein au sens humain du terme. » Et pourtant Pat Parelli omet de décrire plus en détail ce que représente cette sérénité chez les humains et de quelle manière il est possible d'atteindre cet état d'être qui paraît essentiel. Il soutient aussi que « le cheval étant le meilleur professeur pour ressentir, rythmer et équilibrer, vous devez jouer avec votre cheval et travailler sur vous-même. » Parelli réussit à planifier des méthodes pour que les propriétaires puissent jouer de manière constructive avec leur cheval, mais il ne donne aucune suggestion sur la manière dont ils pourraient travailler sur leurs propres problèmes.

Dans son livre, *Des femmes et des chevaux*, l'entraîneur GaWaNi Pony Boy, Amérindien, évoque la notion d'équilibre nécessaire à tout bon cavalier. « À ce jour, écrit-il, je n'ai jamais rencontré de champion qui soit un pauvre type. J'ai bien rencontré quelques stars éphémères qui étaient bien trop égotistes pour qu'on en parle, mais les hommes que je considère comme des champions sont des personnes très agréables. En ce qui concerne les entraîneurs, je n'ai jamais rencontré un grand entraîneur qui soit égotiste ou macho. J'ai effectivement rencontré beaucoup d'entraîneurs macho, et chacun semblait avoir pas mal de problèmes avec ses chevaux ; mais tous les grands entraîneurs masculins que j'ai rencontrés étaient des personnes vraiment bien. »

GaWaNi Pony boy parle d'un entraîneur « qui fait partie des cinq meilleurs aux États-Unis. Cet homme est sensible, attentionné, calme, il possède une voix douce et un regard souriant ; c'est un homme vraiment bon. La sensibilité, l'attention, la douceur de la voix et le calme sont des qualités que nous estimons être plutôt féminines, n'est-ce pas ? Il est possible que les chevaux répondent mieux aux hommes qui sont aussi en contact avec leurs qualités féminines. » Il caractérise les grandes entraîneuses comme étant « fortes, persévérantes, puissantes et inspirant le respect. Ces qualités ne sont-elles pas considérées comme masculines ? » En réfléchissant à cette juxtaposition de qualités féminines et masculines, GaWaNi Pony Boy en conclut que « l'équilibre est le facteur le plus fondamental qui puisse influencer votre manière de monter. L'équilibre est ce qui détermine votre capacité à enseigner au cheval à développer ses propres capacités. Et il semble que l'équilibre soit ce que le cheval recherche chez son compagnon humain. »

Toutefois, pour aider les clients à développer cet équilibre, les entraîneurs doivent s'occuper des problèmes émotionnels que les chevaux révèlent chez leur propriétaire. Ces animaux possèdent déjà une tendance naturelle à refléter les véritables ressentis qui se cachent derrière le masque socialement accepté que les gens portent. Les domaines de la psychothérapie assistée par les chevaux et de l'apprentissage expérimental sont basés sur cette observation et, comme je l'expose au cours des ateliers destinés aux entraîneurs, certaines des techniques utilisées par les professionnels de l'équithérapie peuvent être facilement adaptées aux leçons d'équitation plus conventionnelles. En association avec un coaching, les entraîneurs peuvent apprendre à s'occuper des problèmes émotionnels qui entravent les performances, pour eux-mêmes comme pour leurs clients, sans ouvrir par inadvertance les vannes retenant tous les contentieux gardés par leurs élèves.

#### LE TAO DU LEADERSHIP EFFICACE

Il est encourageant et même remarquable que des hommes tels que Tom Dorrance, Ray Hunt et Monty Roberts émergent du monde rude et désordonné des Broncos fougueux et des fers à marquer pour promouvoir une approche plus humaine du dressage des chevaux. Cependant, Roberts avoue qu'il a perdu sa confiance dans les techniques de domination lorsqu'il a été frappé jusqu'à la soumission par son père, un cow-boy de la vieille école dont les méthodes violentes de débouillage avaient beaucoup en commun avec sa manière de se comporter avec le jeune Monty. Dans le livre, *L'Homme qui murmurait à l'oreille des chevaux*, Roberts explique avec franchise de quelle manière son enfance difficile a particulièrement inspiré sa capacité à travailler avec le point de vue du cheval et à suivre les signaux du langage corporel équin. Face aux attitudes agressives et inflexibles de son père, Monty et les poulains qui arrivaient au Ranch paternel se trouvaient dans une fâcheuse situation. Roberts observa par la suite que les femmes s'adaptaient plus facilement aux méthodes qu'il présentait au cours de ses ateliers – un phénomène qu'il n'était pas vraiment sûr de pouvoir expliquer. Pourtant, un profil se dessina lorsqu'il compara son enfance opprimée aux messages contradictoires et aux préjugés auxquels les femmes sont soumises depuis bien longtemps. Les révélations, ainsi que les innovations, viennent plus aisément aux personnes qui ont été trompées ou réprimées. Même les femmes qui ont été élevées dans des circonstances idylliques tendent à s'orienter davantage vers des activités associées à la vie relationnelle et moins vers l'exercice du contrôle absolu sur les autres. Toutefois, quelques entraîneuses assez dures et dominantes se sont fait une renommée dans le monde de la compétition équestre, principalement parce qu'elles pensaient que c'était nécessaire pour gagner le respect des autres personnes attirées par ce milieu parfois coupe-jarret.

En réalité, les méthodes les plus humaines adoptées par les entraîneurs, masculins ou féminins, s'appliquent à raviver une relation avec la nature basée sur la collaboration et la sensibilité plutôt que sur la peur et l'intimidation. De manière consciente ou inconsciente, ils développent des qualités associées à ce que les philosophes taoïstes considèrent comme une forme de leadership yin, ou féminin, pour s'équilibrer avec les qualités yang, ou masculines, qui sont privilégiées dans le monde des humains. À l'instar des anciens taoïstes, ces entraîneurs considèrent les chevaux eux-mêmes comme étant leurs professeurs et essayent de s'aligner sur leurs capacités et comportements naturels.

Plutôt que de dominer ou ignorer la nature, comme la plupart des philosophies et des religions tentent de le faire, le taoïsme reconnaît que la source primordiale de l'existence s'exprime elle-même à travers la nature. Vous n'avez pas besoin d'être un taoïste praticien pour être sensible à ces idées et pour les utiliser dans le manège. Du point de vue judéo-chrétien, le tao n'est pas synonyme de Dieu. Il s'agit plus spécifiquement d'une description de la manière dont Dieu travaille à travers la nature, et cela décrit le déroulement de la création. Dans ce sens, le taoïsme n'est pas seulement une religion, mais un système de pensée qui souligne l'importance du processus d'alignement personnel avec le flot des courants de la nature afin de jouir au maximum d'une longue vie paisible et en bonne santé.



Les anciens sages chinois ont découvert le Tao par la méditation introspective et par l'observation silencieuse de la nature. Lao-Tseu, qui a peut-être réellement existé – à moins que ce ne soit simplement que le nom de plume d'un groupe de sages anonymes – a écrit le livre le plus célèbre sur le sujet environ cinq cents ans avant la naissance du Christ. Le Tao Te Ching conseille aux lecteurs de « connaître le yang et demeurer dans le yin », un modèle qui incarne la douceur, l'ouverture, l'humilité, la flexibilité, le vide, l'immobilité et l'abandon à cette force universelle. À première vue, ce système de valeur apparaît comme une insulte aux yeux des femmes qui luttent pour l'égalité des droits. Nous n'avancions pas dans le travail en nous soumettant tranquillement aux fantaisies de nos collègues plus affirmés mais en nous montrant nous-mêmes plus douées et ambitieuses qu'ils ne le sont. Cependant, Lao-Tseu n'encourageait pas les gens à se soumettre passivement aux agressions. En fait, il se souciait peu de l'autorité humaine en général. Le vieux maître pensait que la planète tout entière fonctionnerait beaucoup mieux si les hommes et les femmes pouvaient abandonner tout simplement leurs visions limitées, suivre le principe du tao ou « le principe gouverneur de la nature » et donc se relier avec cette forme primordiale qui a mis ce processus en mouvement bien longtemps avant que les humains n'apparaissent et décident avec arrogance qu'ils devaient l'arranger. La seule manière d'être aligné avec le tao consiste à s'en remettre à son pouvoir, et pour faire cela, il faut être suffisamment tranquille et réceptif pour ressentir sa présence, assez sensible et adaptable pour suivre ses indications et assez spontané pour se laisser aller à son courant lorsqu'il change de direction à l'improviste, assez humble pour comprendre que le mental individuel ne pourra jamais prendre les mesures du vaste mécanisme de ce principe universel, et assez confiant pour savoir que, où que ce courant nous conduise, le tao agit finalement dans l'intérêt le meilleur qui soit pour chacun de nous.

Dans l'art équestre, ces mêmes qualités sont exigées de la part d'un cheval bien dressé. Les mouvements complexes et dansants du dressage sont effectués par des animaux qui répondent aux plus subtiles indications des aides. Un tout petit changement dans l'équilibre, une légère pression de la jambe, une traction presque imperceptible sur les rênes, et même la position de la langue du cavalier dans sa bouche peuvent affecter le cours des mouvements du cheval. Au niveau des grands prix, le cavalier semble ne rien faire alors que son hongre puissant et ardent zigzague avec grâce en traversant le manège, fait un tour complet sur lui-même dans le coin sud-ouest et galope avec élégance vers le centre en changeant de pas toutes les deux enjambées. L'animal semble avoir mémorisé une séquence complexe, et cependant, si le lauréat cédait sa place à un spectateur inexpérimenté, ce même cheval déambulerait comme un marin saoul dans le manège. Ce sont l'équilibre et la concentration du cavalier, sa clarté et son calme en pleine action et sa capacité à rester en harmonie avec les capacités naturelles de son cheval qui vont créer les conditions idéales pour la démonstration aussi impressionnante d'une collaboration entre un cheval et un humain. Et il s'agit tout à fait d'une collaboration. À ce niveau, la compétition est épuisante pour les deux parties si le cheval n'accepte pas volontairement les indications du cavalier et s'il ne fait pas confiance à son jugement. Certains mouvements de dressage peuvent même ne pas être exécutés si le cheval est tendu ou rebelle.

Néanmoins, il existe de nombreuses autres activités équestres où la force semble agir plus vite que la collaboration, du moins pour un temps. Un entraîneur médiocre peut utiliser différents mors, des éperons et autres gadgets pour forcer le cheval à avancer, tenir sa tête dans une certaine position, sauter les obstacles et s'arrêter à la demande. Il peut même gagner une série de concours hippiques avec ces trouvailles, mais il y a toujours un prix à payer. La résistance sous-jacente du cheval éprouve ses réserves physiques et nerveuses, le conduisant à l'épuisement, à des blessures et à des explosions inattendues de frustration qui peuvent mettre en danger la vie du cavalier. Les personnes qui se débattent régulièrement avec ces difficultés continuent cependant à utiliser de telles méthodes parce qu'elles veulent gagner le plus d'argent possible dans le moins de temps et avec le moins d'efforts possible. Il en résulte que le monde des concours est saturé d'entraîneurs et de propriétaires qui font débiter leurs chevaux trop tôt, qui les poussent trop durement et qui camouflent la liste grandissante des problèmes avec des tranquillisants, voire des interventions médicales. Tant qu'un certain pourcentage de ces chevaux se comporte bien dans le circuit des concours, ils peuvent encore apporter un certain profit à leurs propriétaires après l'inévitable effondrement. Les chevaux qui ont moins bien réussi permettent alors des déductions fiscales, bien que leur avenir soit moins sûr que ceux dont la stalle est décorée de récompenses. Dans le monde des quarter-horses, il est monnaie courante de payer cher la saillie d'un étalon champion âgé de sept ans et rendu estropié par les compétitions qui mettent des exigences de plus en plus abusives sur des poulains dont les jeunes os ne sont pas complètement formés. Dans le monde des courses, une poulinière handicapée peut toujours mettre bas des poulains qui seront bien revendus, surtout si elle a gagné quelques courses dans sa prime jeunesse. Un hongre de jumping ayant des problèmes chroniques aux articulations n'est plus utile pour personne, mais un entraîneur assez malin parviendra à le vendre un bon prix s'il peut l'amener en finale de concours et trouver un acheteur crédule avant que le cheval ne soit complètement perdu.

Cet état de choses plutôt triste est simplement un symptôme de la dépendance excessive de notre espèce aux valeurs masculines. Cette dépendance s'est répandue sur toute la planète au cours de l'histoire humaine. Quelques visionnaires ont montré l'ultime faiblesse de ce déséquilibre, mais peu de gens ont pris à cœur ce message. La notion définie par « la force prime le droit » prévaut dans une majorité de contextes actuels, bien que de telles méthodes dépourvues de leadership se soient révélées peu rentables et inefficaces. Comme Lao-Tseu l'illustrait il y a 2 500 ans, l'importance excessive accordée à la force, la rigidité, la notion de territoire, la logique, la planification et l'affirmation de soi ne sert qu'à priver le peuple de la source ultime du pouvoir dans cet univers. Dans le taoïsme, comme dans le christianisme, les faibles héritent de la terre parce qu'ils sont humbles et assez confiants pour suivre les plans divins. Cependant, contrairement aux leaders judéo-chrétiens, les sages taoïstes précisent que les qualités



essentielles à cultiver pour atteindre cet état d'union sont les vertus traditionnellement pratiquées par les femmes. Les prédécesseurs de Lao-Tseu avaient compris que s'ils voulaient danser avec les forces créatrices de l'univers, ils devaient abandonner le commandement et prendre un rôle féminin. Ils respectaient aussi le fait que leur femme et leurs filles soient des privilégiées.

Selon Ken Cohen, spécialiste du taoïsme, les premières manifestations du taoïsme étaient libres de toute attitude patriarcale, offrant aux hommes et aux femmes des pouvoirs politiques identiques et les mêmes possibilités d'éveil. La vision d'une société sans classe et égalitaire fut finalement usurpée en Chine par l'idéal du confucianisme basé sur la hiérarchie sociale, la division précise des tâches, et la domination masculine. Les croyances de Confucius dans l'infériorité de la femme se sont répandues dans tous les aspects de la culture alors que les femmes chinoises restaient cloîtrées, les pieds bandés et obligées de servir la population masculine sans prendre en compte leur propre développement. Et pourtant, une minorité agissante continuait à maîtriser en secret les principes du taoïsme et certaines femmes sages ressentaient que leur position inférieure dans la vie leur procurait un raccourci vers l'éveil. Les hommes qui pratiquent le taoïsme de la réalité complète, science complexe de l'immortalité développée un millénaire avant notre ère, remarquaient qu'il était plus facile pour les femmes et les enfants de maîtriser les pratiques alchimiques. Ils avaient moins d'investissement et par conséquent moins de besoins compulsifs à maintenir ou à défendre les préceptes stricts de la société. Les maris et les pères qui tenaient à leur rôle traditionnel aidaient sans le savoir de nombreuses femmes à poser les bases de leur propre libération spirituelle en leur confirmant leur manque de foi dans le système.

De plus, la flexibilité et la sensibilité, deux valeurs fondamentales dans la pratique taoïste, étaient des qualités que les filles affinaient à travers le mariage et la maternité, alors que les garçons avaient tendance à devenir plus rigides et sûrs d'eux. De nombreuses légendes populaires chinoises racontent des histoires d'hommes ambitieux qui étudient les principes taoïstes pendant des dizaines d'années sans grand résultat pour se rendre compte finalement que leurs femmes ont maîtrisé cet art sans effort et possèdent les qualités pour le leur enseigner. La majorité de ces histoires se termine tragiquement lorsque l'orgueil mâle s'en mêle, et la femme monte vers le royaume des cieux, seule et laissant derrière elle un homme en proie à la colère et l'insatisfaction. C'est un thème coutumier aussi dans l'art équestre. Aux États-Unis, très peu d'hommes participent aux ateliers proposés par Linda Tellington-Jones ou Peggy Cummings, alors que dans les ateliers animés par Pat Parelli, Ray Hunt et John Lyons, il y a un nombre assez équilibré d'hommes et de femmes. De nombreux hommes se sentent mal à l'aise lorsqu'ils suivent les enseignements d'une femme, quel que soit le nombre de livres qu'elle a écrits ou le nombre de fois où elle a fait ses preuves avec sa méthode.

Le leadership taoïste n'a rien à voir avec la domination, et de ce point de vue il a beaucoup à offrir aux cavaliers et aux entraîneurs qui cherchent de nouvelles manières d'approcher leur métier. La société équine est régie, de manière assez générale, d'après ce qui pourrait être appelé une hiérarchie, mais elle n'est pas aussi stricte et prévisible que les gens le croient. Une jument soumise pourrait avoir une position plus élevée en faisant alliance avec une matrone respectée qui peut s'en remettre aux humeurs et aux désirs de ce membre de la harde apparemment de rang inférieur. Un tyran peut paraître dominer, mais les autres chevaux garderont leur distance. Tous ceux qui essayent d'obtenir la première place par l'intimidation reçoivent souvent la même chose en retour. Un cheval qui est forcé à bien faire va peut-être agir correctement mais le cœur et l'âme de cet animal ne seront pas dans son travail. Il évitera son maître autant que possible, en ne lui donnant que ce qu'il demande, par la force ou l'habitude, et il ne lui montrera jamais l'étendue de ses véritables possibilités. D'un autre côté, le modèle du leadership de Lao-Tseu relève d'une philosophie discrète et bienveillante, le moins est le mieux, qui crée les alliances et non les dictatures. La personne qui dirige doit être aussi réactive et flexible que ceux qui la suivent. En fait, selon Lao-Tseu, le chef est plus efficace lorsqu'il est celui qui suit.

Les chevaux répondent facilement à cette manière d'agir et donnent alors un feedback constant. Ces animaux ne sont aucunement intéressés à maintenir un paradigme de contraintes. Ils ne peuvent pas être corrompus par des biens matériels. Ils ne peuvent pas être distraits par de douces paroles et des promesses. Ils voient immédiatement la plus petite parcelle d'incohérence dans les émotions ou les intentions. Dans des activités dirigées par des humains, ces animaux ne sont centrés que dans la mesure où le cavalier l'est aussi. Les chevaux sont des formateurs accomplis de leaders humains. Les compétences apprises dans le manège d'un club d'équitation s'appliquent directement aux situations humaines, bien qu'il soit assez rapidement évident que les gens sont bien plus tenaces à s'accrocher à leurs vieilles habitudes, perceptions et manières d'être en relation. Pourtant, les hommes comme les femmes ont une meilleure occasion de changer leur manière de répondre au paradigme dominant s'ils construisent d'abord leur confiance en dehors de celui-ci. Travailler avec des chevaux en conservant un état d'esprit où le yin est au-dessus du yang en offre l'opportunité.

Toutefois, à un niveau plus avancé de la pratique, les élèves peuvent aussi avoir une vision sur la manière d'utiliser les vertus dites masculines pour leur plus grand bénéfice – ceci dans le travail avec les chevaux comme dans leur vie. Le yin et le yang sont souvent caractérisés respectivement par la flexibilité et la fermeté, l'immobilité et le mouvement, la douceur et la rudesse. Les pratiques taoïstes semblent favoriser à première vue le yin, mais c'est parce qu'à l'époque de Lao-Tseu, comme à la nôtre, les êtres humains n'utilisaient pratiquement jamais la forme féminine de la sagesse. Les gens étaient conditionnés à recourir au yang, à agir avec agressivité et à adopter une rigidité mentale et corporelle nourrie par les structures sociales qui résistaient au changement. Pour se mettre en harmonie avec les réponses des chevaux, les cavaliers apprennent à accéder à d'autres sources, ces éléments du

yin qui facilitent un partenariat socio-sensuel entre les deux espèces. Cependant, le fait d'arriver à ce résultat ne constitue que la première étape. La magie commence lorsque le yin et le yang se réunissent.

Liu I-Ming affirme, dans son traité intitulé Wu Tao Lu, que si nous sommes sans cesse durs, nous devenons impatients, impétueux et agressifs. Si nous renversons cette tendance et devenons doux, nous deviendrons inefficaces. Comme pour l'équilibre des opposés dans cet univers, le tao demande « la fermeté de la volonté avec la flexibilité de l'action, sans se hâter ni ralentir ». Des écoles plus avancées mettent l'importance sur « l'immobilité dans le mouvement » et sur « la véritable intention ». Il n'est pas question ici d'immobilité sur le plan physique, mais plutôt d'une tranquillité intérieure au cœur de l'action. Un des détails les plus subtils de la pratique taoïste consiste à déterminer la source ou la qualité de chaque action afin d'évaluer s'il s'agit d'un mouvement issu du mental primordial du tao, quelquefois appelé « connaissance vraie », ou s'il est mêlé à quelques projections du mental humain conditionné auquel on se réfère en tant que « connaissance consciente. » Le I Ching caractérise cet état comme « tranquille et imperturbable, et cependant sensible et efficace. » Une citation taoïste suggère de rester « toujours calme et cependant toujours sensible, toujours sensible et cependant toujours calme. »

Cette qualité est très utile dans le travail avec les chevaux, et les meilleurs entraîneurs semblent la développer naturellement auprès de ces animaux. Comme Monty Roberts l'observait : « Mon rythme cardiaque est toujours lent, et quelle que soit la situation, je ne me laisse jamais aller à l'énervement. » Cependant, pour atteindre des résultats conséquents, le cavalier doit utiliser certaines vertus associées au yang : la planification, la volonté, la concentration. Un programme défini est nécessaire pour que le cheval et le cavalier progressent. Le point essentiel est de savoir quand il est préférable d'abandonner cette stratégie de travail pour accéder à un point de vue plus élargi. Les chevaux répondent mieux à ce que les taoïstes nomment « la véritable intention ». Lorsque le mental conscient et discriminant est calme et sensible, la bonne solution ou le bon geste surgit d'une source plus élevée de compréhension, sans effort apparent. Appelez cela l'intuition, la boucle cérébrale plus étendue, ou bien la guidance divine. Cela peut très bien être aussi une combinaison des trois. De toute manière, les compréhensions qui proviennent d'une véritable intention sont toujours plus novatrices et efficaces que les suggestions provenant de la réflexion stricte et linéaire d'un mental conditionné. Alors que les taoïstes furent parmi les premiers à reconnaître et nommer cette capacité, ceci est l'état d'esprit que les génies créatifs possèdent à la naissance ou rencontrent au moment décisif de leur carrière.

De tout temps, de nombreuses personnes ont développé des compétences telles que « l'intention vraie » ou « l'immobilité dans le mouvement » dans l'étude des arts martiaux, mais il s'agit essentiellement de postures de combat. Monter à cheval repose sur un autre principe que les taoïstes chérissent : le non-déni. En cela, les recherches équestres s'appuient sur les arts martiaux en forgeant un contact vital entre deux formes de vie alors qu'elles apprennent à évoluer en harmonie.

#### COUCHER LE CHEVAL AU SOL

Il existe une zone d'ombre dans l'intérêt grandissant pour les techniques d'entraînement « éveillé ». Grâce au succès du livre de Nicholas Evans, L'homme qui murmurait à l'oreille des chevaux, ainsi que du film réalisé par Robert Redford, la fascination du public pour la mystique des chuchoteurs a permis à quelques entraîneurs d'utiliser leurs connaissances dans des buts très douteux. Vivant dans le Sud-Est des États-Unis, j'ai vu plusieurs hommes âgés, qui n'avaient en fait jamais chevauché dans les pâturages, adopter le profil du cow-boy brave, sage et bon enfant qui aide les chevaux ayant des propriétaires à problèmes. Quelques-uns avaient une certaine expérience de l'art équestre et participaient en amateur à des rodéos ou s'occupaient de courses de chevaux. D'autres restaient bien vagues lorsqu'il s'agissait de préciser où et comment ils avaient appris leurs techniques et cependant, tout comme les marchands de remèdes, ils savaient s'adapter et trouver les mots que les gens voulaient entendre.

Les escrocs les plus dangereux utilisaient le niveau de conscience élevé dans le domaine non verbal et socio-sensuel qu'ils avaient développé en entraînant des chevaux afin de manipuler les gens. Ils pouvaient détecter la femme seule, mal dans sa peau et codépendante, en particulier celle qui possédait un joli petit ranch avec quelques chevaux qui avait besoin du « bon » entraînement. Très rapidement, la propriétaire suivait ce chuchoteur comme tous les autres membres de la harde, offrant nourriture, argent, hébergement et un peu de tendresse. J'ai vu cela se produire plus d'une fois, impliquant des conséquences douloureuses pour les femmes. Ces hommes utilisent les derniers termes à la mode dans ce milieu pour hypnotiser les cavaliers novices, et pourtant leurs techniques avec les chevaux, et avec les humains, ont plus à voir avec l'inattention et l'interdit qu'avec le partenariat et le contact. Certains chuchoteurs ont aussi appris quelques techniques impressionnantes qui produisent des changements immédiats de caractère chez les chevaux en s'appuyant sur les réponses physiologiques au stress chez les animaux qui sont chassés.

Il existe une différence entre s'aligner avec la nature pour le bénéfice mutuel du cheval et du cavalier et manipuler la nature à des fins personnelles. L'un conduit à un meilleur équilibre chez ceux qui sont impliqués alors qu'avec l'autre, l'entraîneur prend rapidement le contrôle aux dépens du cheval à long terme. Quelquefois, même les entraîneurs les mieux intentionnés et les plus expérimentés ont du mal à faire la différence entre les deux. Les personnes qui manquent d'intégrité et de conscience franchissent cette limite sans réfléchir.

La pratique qui consiste à « coucher le cheval au sol » en est un exemple classique. Le fait que cette technique soit

utilisée dans une scène mémorable du livre et du film, L'homme qui murmurait à l'oreille des chevaux, constitue un précédent grave pour de nombreux cavaliers amateurs. Peu de temps après la sortie du film, j'ai dû dissuader plusieurs personnes de dupliquer cette méthode avec leur propre cheval. En fait, j'ai eu du mal à les convaincre de travailler sur leurs problèmes personnels avec des techniques moins abusives. Pour un observateur non averti, il semble ainsi qu'un cheval indiscipliné peut être « réglé » très rapidement grâce à cette astuce impressionnante. Cependant, le fait de forcer un animal qui est une proie à se coucher en attachant un de ses antérieurs, ce qui le force ainsi à se mettre au sol, puis à s'asseoir sur lui dans cette position de vulnérabilité jusqu'à ce qu'il se soumette provoque une réaction de peur si intense que tout le système nerveux de l'animal disjoncte. Il se produit alors un changement soudain de sa personnalité. Le cheval agit ensuite comme un zombie, ce qui apparaît aux personnes qui préfèrent une monture « mécanique » comme le traitement miracle de la désobéissance chronique.

Bien que je n'aie pas connaissance d'études spécifiques qui expliquent les effets psychologiques et physiologiques de cette technique, il semble que cela s'appuie sur le processus biologique qui protège les mammifères du ressenti de l'impact d'une attaque. Après tout, lorsqu'un grand prédateur réussit à mettre un cheval à terre et à l'immobiliser, cela marque en général la fin du combat. Cette réaction diffère du choc ordinaire, car l'animal peut s'immobiliser avant que tout dommage physique ne se produise et, dans certaines circonstances, peut rester dans un degré moindre de cet état de dissociation, le danger passé.

Certaines tribus de chasseurs croient que la nature fait preuve d'une extrême compassion en offrant un mécanisme qui permette à l'âme des proies de quitter le corps avant que le cœur cesse de battre, leur épargnant ainsi la souffrance et l'horreur d'être mangées. En Sibérie, les cultures traditionnelles basées sur l'équitation sont connues pour pratiquer de telles techniques avec des chevaux sur le point d'être sacrifiés avec l'intention clairement exprimée de libérer leur esprit avant de porter le coup fatal. Il suffit de regarder les yeux sans expression d'un cheval qui a subi cette technique pour savoir qu'il existe une certaine vérité dans ces idées.

Dana Light a vu cette technique utilisée de nombreuses fois lors de ses années de travail dans des ranchs, des écuries et des centres équestres. Les chevaux qui reçoivent ce traitement perdent immédiatement leur statut au sein de la harde et peuvent même être complètement mis à l'écart. Elle pense que le fait de coucher un cheval au sol et de le maintenir ainsi jusqu'à ce qu'il se soumette effraye l'animal au plus profond de lui-même. « Il perd son désir de vivre, explique-t-elle, et il ne se soucie plus du tout de ce que vous lui faites par la suite. La harde sent cela et s'adapte, agissant dans certains cas comme s'il n'existait plus. Je ne ferai jamais cela à un cheval à moins qu'il soit dangereux au point que la seule alternative soit de l'envoyer à l'abattoir. »

Certains clubs de randonnée équestre sont connus pour utiliser ce procédé sur des chevaux que la plupart des cavaliers considéreraient comme légèrement difficiles. Les propriétaires de telles entreprises ne peuvent pas risquer d'avoir un membre de leur écurie réagir face à des cavaliers débutants mal à l'aise ou même effrayés en bottant ou en s'enfuyant. Leurs chevaux sont obligés de suivre le même chemin jour après jour. On attend d'eux qu'ils supportent les gens qui tirent sur les mors et frappent leurs flancs sans pitié. Dans certains clubs, les chevaux doivent être prêts et sellés pendant de longues périodes en attendant les cavaliers éventuels. Les animaux qui sont trop fougueux ou trop têtus pour se soumettre à ces demandes peuvent être « corrigés » en un seul après-midi.

Bien avant de comprendre vraiment ce que cette méthode impliquait, j'ai eu l'occasion de rééduquer un cheval qui montrait tous les symptômes associés à cette technique extrême. Spike, un beau Palomino qui travaillait dans un ranch touristique s'arrangea pour trouver une nouvelle propriétaire en la personne de Bonnie, une jeune fille de 13 ans tombée amoureuse de lui lors d'une randonnée. Ses parents achetèrent sur le champ ce hongre âgé, pensant qu'il ferait une monture idéale pour leur fille. Le choix semblait parfait, en tout cas au début. Les problèmes commencèrent lorsque Bonnie essaya de communiquer avec lui et de le monter dans le manège de son club local. Spike, qui avait passé des années à suivre le cheval qui se trouvait devant lui sur un chemin tout tracé, était terne et indolent. Il avait un regard distant et vitreux, comme celui qu'adopte Noche en présence d'étrangers. Alors que le cheval semblait capable de faire ce que Bonnie lui demandait, il fallait fournir tant d'efforts pour diriger chacun de ses mouvements qu'elle finit par se décourager. Elle était aussi déçue que Spike ne semble pas se soucier d'elle, même si elle le montait fréquemment.

En l'espace de deux mois, j'ai aidé la jeune fille à redonner à Spike sa confiance par une série d'exercices au sol et en selle. J'ai utilisé aussi certaines techniques de massage très simples et des T-Touches, ce toucher doux et circulaire que Linda Tellington-Jones a mis au point pour développer l'intelligence cellulaire et la conscience corps-esprit. Le but était de sortir Spike de son état perpétuel de dissociation et de le ramener en contact avec son corps par des activités agréables qui le soutenaient et lui redonnaient confiance. J'ai suggéré aussi à Bonnie de consacrer du temps à Spike en s'occupant de lui et en s'amusant sans programme particulier.

Le cheval revint progressivement à la vie. Ses yeux recommencèrent à briller. Au bout d'un certain temps, il hennissait et se préparait lorsqu'elle approchait de son box. À ma grande surprise toutefois, à la suite de tous ces efforts, le hongre qui était calme et facile auparavant devint difficile à mener pendant plusieurs semaines. Lorsqu'il sortit de cet état de dissociation, il n'a pas accepté automatiquement de s'en remettre à l'autorité de Bonnie et il ne semblait plus se souvenir de certaines choses qu'il avait apprises auparavant. En fait, Spike agissait comme un cheval complètement différent. Il s'emballait soudain dans des situations qui ne le déconcentraient pas du tout auparavant. Comme cette jeune fille si menue n'avait ni la force ni l'expérience pour s'occuper de son compagnon

devenu imprévisible, je décidais de traiter Spike comme un jeune cheval de trois ans. J'ai appris à Bonnie la manière de l'entraîner à partir du travail au sol comme s'il n'avait jamais vu de bride. Il était, bien entendu, plus stable et plus confiant qu'un poulain. Nous révisions les exercices qu'il avait pratiqués auparavant dans un état de soumission en le formant à nouveau avec cette nouvelle attitude d'éveil. Il progressait rapidement, devenait de plus en plus enthousiaste et coopératif. En observant tout cela, je commençais à comprendre combien sa personnalité avait été transformée par son travail précédent et par les techniques d'entraînement destinées à le rendre plus docile. Si le fait de coucher Spike au sol avait séparé son mental et son esprit de son corps, alors la correction de cette injustice constituait d'une certaine façon le sauvetage de son âme. Tout ce qu'il avait appris dans l'état antérieur de dissociation semblait être au mieux comme une mémoire diffuse, onirique.

C'est seulement après avoir commencé à travailler avec des personnes victimes de traumatismes, vers la fin des années quatre-vingt-dix, que j'ai trouvé une explication clinique à ce phénomène. Peter A. Levine a fait une découverte importante pour le traitement des personnes souffrant de troubles dus au stress post-traumatique en étudiant les relations entre les prédateurs et les proies dans la nature. Le premier chapitre de son livre, *Waking the tiger, healing trauma*, s'ouvre sur une description de ce qui se passe lorsqu'un impala est attaqué par un guépard affamé : « Au moment du contact, ou juste un peu avant, le jeune impala se laisse tomber à terre, s'abandonnant à une mort imminente. Pourtant, il ne sera peut-être même pas blessé. L'animal, immobile comme une pierre, ne simule pas la mort. Il est instinctivement entré dans un état altéré de conscience commun à tous les mammifères lorsque la mort semble très proche... Les physiologistes appellent "état altéré" cette réponse d'immobilité ou de pétrification. C'est l'une des trois réponses primaires des reptiles et des mammifères en présence d'une menace extrême. Les deux autres, la fuite et la lutte, sont bien plus familières à la plupart d'entre nous. On en connaît moins sur la réponse d'immobilité. Toutefois, mes vingt-cinq années de travail m'ont amenée à considérer cela comme le facteur le plus important pour découvrir les mystères du traumatisme humain... l'évidence physiologique montre clairement que la capacité d'entrer et de sortir de cet état naturel est la clé qui permet d'éviter l'effet négatif du traumatisme. C'est un cadeau que nous recevons du monde sauvage. »

Levine a découvert que les zones du cerveau qui sont activées au cours des situations de menace vitale sont les mêmes chez les humains et les autres mammifères. Avec le temps, il a aussi remarqué que la capacité des humains à rationaliser pouvait quelquefois interférer avec les impulsions instinctives de fuite ou de lutte dans les situations d'urgence, en conduisant à une réponse encore plus dramatique de pétrification qu'il nomme le Complexe de la Méduse. « Comme dans le mythe grec de la Méduse, la confusion qui existe lorsque nous faisons face à la mort peut nous transformer en pierre. Nous pouvons être réellement pétrifiés de peur, ce qui va créer des symptômes traumatiques... les symptômes traumatiques ne sont pas causés par l'événement lui-même. Ils proviennent des résidus contractés de l'énergie qui n'ont pas pu être intégrés ou déchargés. » Levine décrit le profil énergétique d'une réponse de pétrification comme étant similaire à ce qui se produirait si un conducteur appuyait simultanément sur l'accélérateur et sur le frein. « La différence entre la course intérieure du système nerveux (le moteur) et l'immobilité extérieure (le frein) du corps crée une turbulence intérieure puissante comparable à une tornade. »

Levine étudia des vidéos d'animaux sauvages relâchés après le traumatisme créé par le fait d'être capturés et vaccinés, ou munis d'un collier émetteur – une rude épreuve vécue comme l'attaque par un prédateur. Ce qui est le plus intéressant, c'est que même les ours prédateurs sortent de cette réponse d'immobilisation en se secouant avec violence et en dépensant leur excès d'énergie en courant comme le font les animaux qui sont des proies. Lorsque Levine ralentit le défilement du film montrant le tremblement initial, il comprit que ces étranges mouvements étaient aussi liés à la course.

Sur la base de ses découvertes, il pense que « l'élément essentiel pour la guérison de symptômes traumatiques chez les humains réside dans notre capacité à imiter l'adaptation fluide des animaux sauvages lorsqu'ils se secouent et dépassent la réponse de pétrification, et qu'ils redeviennent pleinement mobiles et fonctionnels à nouveau. »

Les subtilités qui entrent en jeu dans les différentes manières de coucher un cheval au sol s'accordent aux théories de Levine. Par exemple, un cheval qui a été entraîné méthodiquement à se coucher au sol avec un entraîneur en qui il a confiance n'est absolument pas traumatisé. Les hongres auxquels Buck Light demande de se coucher au sol dans son ranch du Wyoming restent eux aussi vifs et alertes, bien qu'ils y aient été obligés et ont sûrement été effrayés par le groupe de cow-boys qui n'étaient que des étrangers à ce moment-là. Toutefois, cette technique d'entraînement rude et acrobatique est destinée à immobiliser le cheval assez longtemps pour que le cavalier puisse se mettre en selle. Le fait que l'animal puisse immédiatement après sauter, et surtout galoper, lui donne l'occasion de « dépasser la réponse de pétrification afin de devenir pleinement mobile et opérationnel à nouveau. » Coucher un cheval terrorisé au sol et s'asseoir sur lui jusqu'à ce qu'il cesse de lutter constitue toutefois une manière d'induire et de renforcer une réponse de pétrification, en créant une monture hébétée qui, par la suite, évoluera dans un état de transe destinée, à l'origine, à lui épargner la souffrance d'être dévoré.

Des années après que Spike a été obligé à prendre l'attitude endormie d'un cheval de randonnée obéissant, il a montré la même tendance à se secouer et à galoper lorsqu'il commençait à sortir de cet état de dissociation. Bien plus tard, en revoyant sa réaction, je pense que ce cheval a été couché au sol à un moment de son entraînement. Le seul problème, c'est que Bonnie le montait déjà lorsque Spike « s'est réveillé. » Si j'avais eu connaissance de tout cela, je n'aurais pas laissé une jeune élève monter ce cheval pendant sa période de transition. Par chance, Bonnie ne tomba qu'une seule fois, au prix de quelques contusions et étourdissements. Mon envie de reprendre

Spike avec le travail au sol lui a permis de se libérer des effets de cette tornade intérieure d'énergie réprimée alors qu'il galopait et s'ébrouait pendant les premiers jours où il était tenu en longe.

Le comédien Woody Allen déclara un jour qu'il n'avait pas peur de la mort. Simplement, il ne voulait pas être là lorsqu'elle arriverait. « Dans cette boutade, fait observer Levine, Woody Allen pointe une assez bonne description du rôle de la dissociation : se protéger de l'impact d'une émotion envahissante. Si l'événement qui menace notre vie se poursuit, la dissociation nous protège des souffrances de la mort. » Pour que les lecteurs aient une idée de ce à quoi ressemble la réponse de protection, il propose de lire l'extrait du Journal écrit par David Livingstone. Alors qu'il voyageait en Afrique, ce fameux explorateur qui fut attaqué par un lion se trouva dans un état altéré de conscience après avoir été jeté à terre et frappé à l'épaule avec violence. « Le choc produisit une stupeur similaire à celle qui semble être ressentie par la souris au premier coup de patte d'un chat, reporte Livingstone. Cela produisit une sorte de ravissement au cours duquel il n'existait aucune sensation de douleur ni sentiment de terreur, bien que je fusse complètement conscient de tout ce qui se passait. C'était un peu comme ce que décrivent les patients qui, sous anesthésie, voient toute l'opération mais ne sentent pas le bistouri. Cette condition singulière n'est aucunement le résultat d'un processus mental quelconque. Le choc annihile la peur et ne laisse aucune place à l'horreur pour la bête. Cet état particulier est probablement produit chez tous les animaux qui sont tués par des carnivores ; et s'il en est ainsi, c'est une disposition miséricordieuse accordée par notre créateur bienveillant pour atténuer la souffrance de la mort. »

« La meilleure manière de définir la dissociation se fait par l'expérience, souligne Levine. Dans ses formes les plus fines, elle se manifeste par une sorte de flottement. Dans son extrême, elle peut se traduire par ce que l'on appelle un désordre multiple de la personnalité. Parce que la dissociation est une rupture dans la continuité des sensations perçues, elle implique presque tout le temps une distorsion du temps et de l'espace... La femme qui est violée, le soldat qui fait face à l'ennemi ou la victime d'un accident peuvent vivre une déconnexion fondamentale d'avec leur corps. D'un coin de la cave, un enfant peut se voir en train d'être battu et se sentir apitoyé ou neutre envers l'enfant sans défense qui est là... Au cours d'un traumatisme, la dissociation semble être le moyen favori pour permettre à une personne de supporter des expériences qui dépassent à ce moment-là l'endurance, comme l'agression d'un lion, d'un violeur, d'un accident ou du scalpel du chirurgien. » Dans le cas du cheval, c'est le fait d'être couché au sol et obligé à y rester jusqu'à la soumission par un entraîneur qui n'a absolument aucune considération pour le bien-être émotionnel et spirituel de l'animal.

Toutefois, sur ce sujet, il existe une curieuse interprétation de cette scène dans l'ouvrage de Nicholas Evans, L'homme qui murmurait à l'oreille des chevaux. Après tous les progrès accomplis par le héros à l'aide de techniques participatives comme celles décrites précédemment dans le livre ou le film, le personnage principal a recours à une ultime technique rapide et forcée qui consiste à coucher le cheval au sol au moment où il se laisse déborder émotionnellement par l'arrivée du mari de la femme dont il est amoureux. Cet entraîneur charmant et gentil, perd tout sens du jugement lorsque son rival apparaît. Il montre de manière théâtrale sa domination physique sur un animal de cinq cents kilos dont il avait gagné la confiance par des approches subtiles et humaines. L'utilisation de cette astuce surannée par le chuchoteur montre sa faiblesse à gérer ses émotions conflictuelles ; ce n'est certainement pas une stratégie à imiter. En fait, Monty Roberts s'était publiquement opposé à l'inclusion de cette scène lorsqu'il a su que Robert Redford était en train de réaliser le film. Dans le livre, le personnage principal demeure dans un tel état de confusion et de remords qu'il finit par se suicider en se jetant sous les sabots d'un étalon en colère qui se révélera être simplement en train de protéger ses juments d'un danger apparent.

Finalement, le cow-boy sensible qui aide les chevaux avec des gens à problèmes est incapable de s'occuper de ses propres problèmes avec les autres : ceci est un effondrement intérieur que j'ai observé chez les plus débrouillards des entraîneurs. Cela constitue peut-être le comble des paradoxes de l'art équestre : des personnes peuvent apprendre à rester calmes et centrées en présence d'un cheval qui botte et pourtant elles s'effondrent face à des ressentis trop forts pour être réprimés ou ignorés – des ressentis qui, de manière assez naturelle, font surface dans les interactions entre les chevaux et les humains. Il semble que la capacité à gérer une véritable émotion constitue l'une des dernières frontières dans un manège comme dans la vie.

1 Société américaine pratiquant la vente directe de produits de soin, de nutrition, d'hygiène et d'entretien.



## CHAPITRE VIII

### LES THÉRAPEUTES À QUATRE JAMBES

Lorsque l'on a commencé à mesurer la puissance d'un cheval en une unité équivalente à 746 watts et propre à conduire des voitures mues par du pétrole plutôt que par des muscles, la dynamique d'un partenariat avec le cheval, établie six mille ans plus tôt, s'est transformée très rapidement. L'intérêt pour l'espèce semblait s'émousser alors que des machines en tout genre remplaçaient ces bêtes de somme magnifiques mais dépassées. Alors que le vingtième siècle avait déjà accompli la moitié de son parcours, la plupart des personnes qui vivaient aux États-Unis considéraient les chevaux comme un divertissement coûteux réservé à l'élite. Pourtant, une révolution tranquille était en train de s'effectuer en coulisses. Les femmes devenaient de plus en plus nombreuses à dispenser les soins à ces animaux et avec ce changement, l'intérêt pour le cheval en tant que compagnon et confident s'est instauré.

« Les hommes prenaient toutes les décisions dans mon jeune temps, dans les années trente, révèle le vétérinaire et écrivain Matthew Mackay-Smith, et l'intérêt des chevaux n'était jamais pris en compte. Il était rare que le cheval ait des périodes de repos au cours de sa vie de labeur, ou même qu'il ait une retraite. Les traitements palliatifs étaient regardés du coin de l'œil et considérés comme des mesures non professionnelles : on attendait des vétérinaires qu'ils remettent la bête sur pied pour reprendre le travail. Les cavaliers étaient rarement cruels dans leurs intentions, mais les ressentis du cheval, et toute notion concernant le fait qu'il possédait une valeur individuelle intrinsèque, ne représentaient aucun intérêt pratique et ne recevaient donc aucune attention. J'appartiens à la première génération qui a grandi avec une vision non utilitaire du cheval. »

Dans un de ses articles parus dans *Equus*, *A change for the better*, Mackay-Smith réfléchit sur les années au cours desquelles le cheval est passé de son statut de bête de somme et de mode de transport à un rôle nouveau « d'instrument et serviteur de réussite athlétique personnelle ». L'intérêt pour les compétitions hippiques a grandi à pas de géant au cours des années quarante et cinquante. Bien que de nombreuses personnes aient continué à considérer le cheval comme un moyen pour atteindre un but, Mackay-Smith remarque que « les cavaliers qui créaient une relation de partenariat, non seulement physiquement mais aussi émotionnellement, avec leur cheval sont ceux qui réussissaient le mieux. Les anciennes méthodes basées sur la coercition ne marchaient simplement plus aussi bien et devenaient le refuge de l'incompétence et de l'impatience. La réussite des femmes était sans proportion avec leur nombre ou les occasions offertes. Et comme de plus en plus d'hommes qui travaillaient dans des écuries ont gagné la ville pour trouver un « vrai » travail, le soin des chevaux revint de plus en plus aux femmes. »

Les amoureux des chevaux qui ne s'engageaient pas dans les circuits des compétitions commencèrent à leur découvrir d'autres qualités intéressantes. Dans les années 1930, Basy Tankersley a expérimenté la valeur thérapeutique des relations entre les chevaux et les humains grâce à deux de ces remarquables créatures qui lui ont vraiment permis de surmonter les difficultés de son enfance. « Alors que j'avais dix ans, ma mère s'est remariée et nous avons déménagé de l'Illinois à Washington, puis au Nouveau-Mexique, explique-t-elle. J'étais la seule enfant encore présente à la maison et comme nous vivions dans un ranch, elle m'a acheté un superbe poney. Je passais tant de temps sur son dos qu'il était toujours fatigué, mais je découvrais une autre dimension. Mon cheval était mon compagnon ; il m'apportait le réconfort après avoir perdu tout ce qui faisait ma vie auparavant et alors que je recommençais une nouvelle vie, quasiment par moi-même. »

L'enthousiasme de Bazy justifia finalement l'achat d'une jument arabe, une race fougueuse connue pour son endurance. « Elle était ma première jument à vouloir chevaucher autant que moi », se souvient cette femme qui finit par créer *Al Marah Arabians*, une des plus grandes fermes des États-Unis consacrées à l'élevage. « Le problème, ce n'était pas de l'attraper mais de m'en éloigner. Je ressentais non seulement l'aide psychologique de cet animal magnifique qui cherchait ma compagnie mais je découvrais que les chevaux Arabes étaient pratiquement l'expression d'une forme d'art en lisant ce qui était écrit à leur sujet et en regardant des photos. Notre relation avait aussi une dimension spirituelle par la dévotion que mes deux chevaux montraient l'un envers l'autre. Lorsque je suis partie en pension, ma jument est morte de la maladie du sommeil. Lorsqu'ils l'ont sortie du corral qu'elle partageait avec le poney, celui-ci a complètement défoncé la barrière pour pouvoir partir avec elle. Je ne croyais pas que des animaux pouvaient se lier avec tant de profondeur ».

Les amis équidés de la jeune Buzy lui donnèrent sa première expérience directe du potentiel de guérison que cette espèce possède. Ils l'aiderent à assumer ses peines, sa solitude et les changements fondamentaux de sa vie. Sans la présence de ces animaux à ses côtés, la jeune fille n'aurait sans doute pas été aussi bien adaptée à certains défis qu'elle dut affronter. Ce n'est donc pas une surprise si elle a continué à soutenir plusieurs programmes d'équithérapie au fil des ans. Alors que le xx siècle s'achevait, elle créa une organisation nationale (ATA : Animal Therapy Association) dont le but était de faire connaître ce domaine au grand public. Les buts à long terme de cette équipe incluent l'aide à l'établissement d'un diplôme universitaire et le soutien aux recherches approfondies pour informer de l'efficacité de la thérapie animale dans de multiples contextes. Pour cela, le bureau de l'ATA a établi un partenariat avec *People-Animals-Nature (PAN)*, une association ayant une influence internationale et dont le siège est en Illinois. Fondée en 1997, PAN diffuse des informations sur les liens vitaux qui existent entre l'évolution humaine équilibrée, le développement, l'éducation, le contact avec les animaux et l'environnement naturel en



proposant un réseau d'entraide pour proposer des programmes de thérapie animale au niveau mondial.

La pratique formelle de l'équithérapie a vu le jour en Europe dans les années cinquante en tant qu'outil pour améliorer la vie des personnes handicapées. L'association NARHA (North American Riding for the Handicapped Association) a été fondée en 1969, et a introduit ainsi officiellement ce traitement aux États-Unis et au Canada. L'organisme a établi des critères de sécurité, des certifications pour les instructeurs et elle accrédite des lieux pour l'équithérapie : 650 de ces centres avaient déjà reçu le statut officiellement reconnu par le NARHA en l'an 2000. Ce qui avait débuté comme thérapie physique s'était finalement étendu jusqu'à inclure des personnes ayant des troubles psychologiques, car les chevaux s'étaient révélés, sans qu'on s'y attende, doués pour intervenir selon les besoins psychiques et émotionnels. Les instructeurs d'équithérapie commencèrent à explorer des activités qui tiraient profit de la nature hautement perceptive de cette espèce, ce qui a conduit à la création de l'EFMHA (Equine Facilitated Mental Health Association – Association pour la Santé Mentale Facilitée par les Équidés) en 1996, une section de la NARHA destinée à développer les meilleures pratiques et critères dans ce domaine.

Barbara Rector, cofondatrice avec Isabella Boo McDaniel de la EFMHA, a créé aussi à Sierra Tucson un programme de psychothérapie assistée par des chevaux, maintenant reconnu au niveau national. Ce centre résidentiel de traitement est utilisé comme modèle pour les scènes de thérapie assistée par des chevaux de Sandra Bullock dans le film 28 jours. Barbara en est arrivée à créer son programme « Aventure dans la conscience », qui ouvre le modèle de l'équithérapie afin d'enseigner des techniques pour une vie meilleure et de promouvoir le bien-être holistique auprès du grand public.

Barbara fut l'une des premières personnes à comprendre et développer les mystérieuses capacités des chevaux à détecter les incohérences émotionnelles chez les humains. « Tout moniteur d'équitation qui donne des leçons peut le constater, dit-elle. Lorsqu'une personne n'est pas capable d'accéder à ce qui se passe dans son corps et son mental, le cheval va l'exprimer de manière comportementale ou même il peut se renfermer dans son propre corps. » Avec le temps, elle comprit que ce talent spécifique aux équidés, qui cause tant de problèmes dans les activités équestres conventionnelles, pouvait être utilisé pour aider des personnes à reconnaître et gérer leurs émotions. « J'ai remarqué cela de très nombreuses fois avec les adolescents en séjour à Sierra Tucson, explique-t-elle. Ils sont là parce qu'ils ont brisé des vitres ou frappé leurs parents. Vous les mettez dans un enclos en présence d'un cheval, et ils ne peuvent pas cacher ce qu'ils ressentent ; aussi ils apprennent à écouter leurs ressentis avant que ceux-ci ne deviennent ingérables. De plus, le cheval ne juge pas ce qu'ils ressentent et il n'est pas rancunier. Aussitôt que la personne reconnaît sa peur ou sa colère, un cheval qui est doué pour ce travail s'approche d'elle et lui prête son soutien. »

Barbara remarqua que l'instinct ne pouvait expliquer les réactions complexes que les chevaux montrent en présence de personnes qui doivent faire face à toutes sortes de difficultés physiques, mentales, émotionnelles ou spirituelles. Josh, un élève qui participait à l'un de ses premiers ateliers, était aveugle de naissance et comme il réussit à amener un hongre Arabe nommé Dundee à coopérer avec lui dans l'enclos après quelques ajustements initiaux, cela fut une véritable surprise. Cependant, lorsque la séance fut terminée, Josh demanda s'il pouvait rester encore avant que la personne suivante vienne prendre sa séance. Il voulait évoluer librement dans le manège parce qu'il n'avait jamais ressenti la sensation d'évoluer en liberté dans un nouvel environnement sans sa canne. Le cheval, qui n'avait jamais rencontré une personne ayant un problème de vision, observa Josh évoluer pendant un moment avant de se diriger directement vers le jeune homme et de placer son garrot à l'endroit où se tiendrait un guide. Chaque fois que Josh perdait l'équilibre, Dundee se rapprochait, proposant ainsi son corps pour qu'il reprenne ses appuis. Ensemble, ils marchaient, sautaient et couraient. Même Barbara était émerveillée lorsqu'ils commencèrent à évoluer en faisant des huit. Personne n'a été capable d'expliquer comment Dundee savait que Josh était aveugle et pour quelle raison il s'impliquait en tant que guide.

Lorsque Barbara me raconta cette histoire pour la première fois, je m'imaginais qu'il était impossible de reproduire cela à la demande ou de l'étudier scientifiquement. Puis j'entendis parler de la Guide Horse Foundation, une association fondée en mai 2000 par Janet et Don Burleson dans le but de former des chevaux miniatures pour les non-voyants. Ce couple, habitant Kittrell en Caroline du Nord, évoque le calme, la nature prévenante, la mémoire phénoménale et le désir de rendre service comme des qualités qui font de ces animaux des « guides naturels. » De plus, les chevaux miniatures vivent en moyenne trente à quarante ans et reviennent moins cher que les grands chiens dont l'espérance de vie ne dépasse pas dix à douze ans.

Néanmoins les pionniers en thérapie facilitée par les chevaux ont fini par être témoins de cas de guérison bien plus imprévisibles, presque miraculeux, qui se sont produits entre les chevaux et les humains lorsque les animaux ont l'occasion de prendre des initiatives. « À un moment, j'ai compris que cela n'avait rien à voir avec l'entraînement, ni même avec l'intervention thérapeutique », explique Maureen Fredrickson, élue présidente de la EFMHA à la fin des années quatre-vingt-dix et qui s'occupe actuellement du programme de thérapie multi-espèces et de son propre centre de formation. « L'objectif est de reconnaître que les animaux, et en particulier ceux qui sont des guérisseurs, possèdent la faculté de ressentir ce dont les gens ont besoin. Ils possèdent bien plus d'empathie que nous ne leur en accordons et ils ont le désir de prendre soin de ceux qui en ont besoin, alors que la majorité des êtres humains ils doivent être formés pour cela. »

En tant que vice-présidente de programmes de la société Delta qui forme les praticiens en thérapie assistée par des

animaux, Maureen est une des psychologues cliniciennes ayant observé des cas de guérison significative sur le plan émotionnel et qui ne peuvent pas être expliqués par les théories en cours en ce qui concerne l'intelligence et la perception des chevaux. L'exemple le plus spectaculaire s'est déroulé lors d'un atelier qu'elle animait pour des adultes qui devaient faire face aux difficultés de la quarantaine. L'un des exercices qu'elle a mis au point et qu'elle utilise régulièrement pour renforcer la confiance, consiste en une interaction spontanée avec un groupe de chevaux très doux qui sont libres d'évoluer dans le manège. La seule règle pour les participants est de ne pas utiliser leurs mains.

« Je voulais équilibrer le jeu, dit-elle. Lorsque les personnes utilisent leurs mains, elles doivent toujours, d'une certaine manière, attaquer, saisir ou contrôler et les chevaux n'ont pas cette capacité. Vous mettez vos mains derrière votre dos et soudain vous n'êtes plus vraiment en contrôle. »

Alors que la plupart des participants étaient bien disposés par rapport à cet exercice, une femme reconnut sa peur intense des chevaux. Après avoir exploré toutes les possibilités, y compris celle de rester à l'extérieur du manège et regarder les autres, Jenny accepta d'entrer dans le manège à condition de rester derrière Maureen.

Les dix participants étaient répartis régulièrement autour du manège lorsque Murphy, un cheval de 24 ans élevé de manière traditionnelle, s'avança au centre du cercle. Il ne fallut toutefois pas longtemps à l'imposant hongre gris pour remarquer Jenny et s'approcher d'elle avec beaucoup de précautions ainsi qu'une extrême délicatesse.

« Il commença par jouer avec la participante qui se trouvait à côté de Jenny, évoque Maureen, en froissant son chemisier, en jouant avec ses cheveux. De temps en temps, il se retournait et nous regardait. Au début, je croyais qu'il me regardait et qu'il vérifiait si j'allais lui dire d'arrêter. Il fit cela trois ou quatre fois avant de comprendre que ce n'était pas moi qu'il regardait. Il regardait Jenny qui se tenait derrière moi. En fait, je pouvais l'entendre trembler. Je lui demandais si tout allait bien ; elle me répondit par l'affirmative et ajouta qu'elle voulait rester.

Finalement, le cheval se tourna et la fixa du regard. Elle commença à haleter. Le cheval fit un pas dans sa direction, s'arrêta, baissa la tête, attrapa un petit morceau de bois et le fit rouler entre ses lèvres. C'était la chose la plus étrange que j'aie jamais vue. Il laissa tomber le morceau de bois puis il remua ses oreilles et fit quelques grimaces. Ensuite, il fit un autre pas et attrapa un autre morceau de bois. Je ne savais pas ce qu'il faisait mais il arriva finalement devant elle et promena son bout du nez sur le visage de Jenny. Puis il recula et elle laissa échapper un grand soupir. Elle dit : "Cela doit être ce qui s'appelle être materné." »

Murphy se déplaça un peu dans le cercle et s'arrêta près d'une autre femme. Il saisit un morceau de bois qu'il laissa tomber sur l'épaule de celle-ci, puis regarda à nouveau Jenny. « Il étira sa tête en avant et regarda cette femme, note Maureen. Cela dura quelques minutes puis je remarquai que Murphy était simplement en train d'essayer d'être drôle. Elle commença à rire. Il se dirigea à nouveau vers elle. Il répéta son numéro avec un morceau de bois, s'approcha d'elle, parcourut son visage de ses lèvres et la poussa en appliquant son bout du nez au niveau du plexus solaire jusqu'à la faire reculer de plusieurs pas. »

Jenny commença à pleurer en répétant que Murphy lui montrait ce que c'était que d'être maternée, tout en faisant allusion à la violence et au manque de soins qu'elle avait connus dans l'enfance. Au milieu de ce bouillonnement émotionnel qui s'élevait, Murphy se plaça derrière elle et se coucha au sol en appuyant son dos contre elle. Les larmes coulaient sur les joues de Jenny pendant qu'elle parlait de manière plus précise des abus qu'elle avait vécus auprès de ses parents. Les autres participants gardaient le silence. Quelques minutes après, Murphy se releva, s'écarta un peu et se débarrassa de la poussière.

« Nous ne contrôlions plus le groupe à ce moment-là, explique Maureen. Les participants étaient éberlués et disaient qu'une telle chose était impossible, que les chevaux ne se couchent pas ainsi près d'une personne. Je décidais que nous devions tous nous regrouper. Nous nous sommes dirigés de l'autre bout de manège alors que Jenny continuait à parler des mauvais traitements qu'elle avait subis. Murphy entra dans le groupe, se dirigea directement vers Jenny et posa sa joue sur son épaule. À nouveau, elle lui raconta ce qu'elle avait vécu.

« Je pensais que personne ne devait entendre cela. Nous devions parler des difficultés du passage de la quarantaine. Puis Jenny commença à sangloter. Elle plaça ses mains ouvertes devant elle et le cheval posa sa tête entre ses mains. À ce moment-là, elle lança ses bras autour du cou du cheval et pleura vraiment. Le cheval inclina sa tête et son cou comme pour l'entourer, comme s'il essayait de la serrer dans ses bras. Cela dura deux à trois minutes. Elle lui raconta plein de choses. Puis elle sembla à même de reprendre le contrôle d'elle-même. Murphy fit mine de lui ébouriffer les cheveux, elle lâcha son cou et il recula comme pour me dire : Eh bien, c'est à ton tour maintenant de prendre le relais. »

« Nous en avons parlé ensemble après et nous lui avons demandé : "Où étais-tu ?" Elle répondit : "Je ne sais pas mais il m'a amenée quelque part." Cet incident me rappela l'esprit du cheval et les anciennes croyances celtiques qui disent que le cheval représente la transition entre les mondes. Quoi que Murphy ait fait pour elle, il l'a emmenée dans un endroit apaisant et bienveillant, et ensuite il l'a ramenée à nous. »

Cette expérience affecta profondément la perception qu'avait Maureen de l'intelligence des chevaux en lui donnant une illustration des capacités inhabituelles que possèdent certains chevaux lorsqu'ils ont la possibilité d'interagir

avec des personnes en dehors des contextes hippiques conventionnels. « Ce qui me préoccupe maintenant, ce sont les entraîneurs qui disent que les animaux attendent que nous manifestions notre leadership, dit-elle. Franchement, je ne suis pas sûre de ce que nous pouvons offrir aux chevaux en ce qui concerne le leadership. Nous ne pouvons pas faire la différence entre les bonnes herbes et les mauvaises herbes dans un pré. Nous avons une ouïe vraiment limitée. Nous ne pouvons pas voir à 340 degrés autour de nous. Peut-être que les chevaux ne pourraient pas sortir d'un labyrinthe, mais où trouvez-vous un labyrinthe dans les plaines ? Nous savons que les tests d'intelligence sont plutôt adaptés à la population blanche de la même manière que les tests d'intelligence animale concernent les carnivores. Donnons à ces animaux l'espace pour qu'ils nous montrent quels sont leurs réels talents, parce que je pense que nous n'en avons pas la moindre idée. »

Ma propre exploration de la thérapie équine est issue de mes premières recherches destinées à écrire un article sur les relations entre les chevaux et les humains, en 1993, et cela m'a finalement conduit à ce livre et au travail que j'exerce actuellement. En testant mes conclusions et en expérimentant les théories d'autres cavaliers, entraîneurs ou thérapeutes, les motivations pour développer et améliorer sans cesse mes propres méthodes sont venues naturellement. Ce sont les chevaux qui ont établi le programme, en particulier durant ces moments inattendus où ils effacent toutes les idées reçues concernant la supériorité des humains, l'intelligence des chevaux et la nature véritable de la guérison. Je ne peux pas me souvenir du nombre de fois où j'ai vu des théories affinées par des recherches laborieuses mordre la poussière parce que les chevaux refusaient de s'y accommoder. Avec le temps, mes expériences en compagnie de ces créatures pleines de dons m'ont amenée à explorer les interprétations scientifiques et philosophiques les plus audacieuses de la réalité. Malgré cela, plus j'apprenais et moins j'étais convaincue qu'une seule théorie pouvait contenir tout le potentiel qui existe dans le contact entre les chevaux et les humains. La présence du mystère me devint donc fort réconfortante.

Finalement, la volonté d'abandonner les concepts acceptés et de répondre authentiquement au moment présent m'a conduit à développer une capacité grandissante à évoluer dans l'inconnu, à devenir plus fluide et adaptable, à accueillir toutes les expériences et les émotions comme des informations significatives. Ceci représente les compétences les plus importantes que j'ai apprises de mes chevaux. Ces mêmes compétences étaient aussi importantes pour nos élèves. Des transformations spontanées se produisaient lorsque je prenais du recul et que je laissais les choses se dérouler naturellement en attirant l'attention de mes clients sur des détails, ces petites choses qui étaient le plus facilement ignorées, celles sur lesquelles je n'avais aucun contrôle et qui étaient les plus difficiles à exprimer en mots.

« Réussis sans jamais essayer de réussir » conseille Lao-Tseu dans le Tao Te Ching, « Savoure la saveur que tu ne peux goûter. Fais de petites choses des grandes et de quelques-unes des multiples. » Ce petit livre de sagesse est rempli de pensées qui semblent paradoxales en mots mais qui prennent un sens dans un manège. « Il y a tant de lois, alors que tout ce que tu as à faire c'est de rester centré, est-il écrit. Ne désirant rien pour lui-même, le sage sait comment canaliser ses désirs. Et ce n'est pas parce qu'il ne désire rien qu'il est capable de tout réussir. »

Chaque fois que je tablais sur des buts ou des objectifs précis pour mes chevaux ou mes clients, nos interactions paraissaient manquer de naturel et les résultats étaient quelconques. Lorsque je rejetais toute planification et que je créais simplement un espace de sécurité pour la collaboration, des découvertes capitales devenaient monnaie courante. Avec le temps, mon approche des leçons d'équitation, de l'entraînement et de l'équithérapie devenait comparable à celle d'un artiste de jazz qui se lance dans une session improvisée. Un musicien peut posséder les gammes, les accords et les rythmes sur le bout des doigts « mais cela ne veut rien dire s'il n'y a pas de swing. » Dans le jazz, la technique est au service de l'esprit du moment. L'art de la session libre implique qu'un groupe de musiciens se retrouve autour d'un standard que tout le monde connaît et qui sert seulement de base à des séries d'improvisations interactives qui peuvent ne pas ressembler à la mélodie de départ. Quelquefois, un nouveau chant peut en émerger.

Dans ces sessions libres en compagnie des chevaux, les activités habituelles telles que le toilettage, la monte et le travail en manège offrent un cadre dans lequel des interactions entre espèces se produisent. Les myriades de méthodes équestres et thérapeutiques que la personne, le facilitateur, possède sur le bout des doigts ne sont pas utilisées selon un plan défini mais selon les besoins, prêtes à être modifiées si la situation le demande, mais utilisées uniquement au bon moment. Cette personne n'est pas le patron, ni même le meneur de jeu. Elle ressemble davantage au percussionniste qui soutient les autres artistes et permet de garder le rythme. Malgré cela, aucun des membres du groupe ne peut s'approprier ce qui se passe. La magie se produit dans cette interaction, dans cet espace que partagent tous les participants. Comme Lao-Tseu le faisait observer : « Les trente rayons d'une roue se dirigent vers le moyeu qui est au centre, mais regardez, il n'y a rien au centre et c'est précisément pourquoi cela fonctionne ! »

Dans ma quête pour expliquer le processus de l'équithérapie, j'ai pris conscience que le point de vue du maître vénérable était une fois encore juste. J'ai commencé à entrevoir le taoïsme comme une philosophie de l'apprentissage expérimental, une philosophie qui minimise l'importance de la tendance intellectuelle à prévoir et à contrôler. Avec les mots de Lao-Tseu, le sage « conduit en suivant » les besoins sans cesse changeants des personnes qu'il demande à servir. Il demeure dans le non-effort et il sait de quelle manière se relier à l'énergie des autres personnes. Il essaye de nous aider à être vrais envers qui nous sommes, sans même se tenir sur notre chemin. En avançant dans le monde de l'entraînement équestre et de l'équithérapie, je commençais à vivre ces

concepts, non pas parce qu'ils paraissaient bons, mais parce qu'ils fonctionnaient. Pendant cette période, j'ai développé une compréhension plus profonde du style féminin du leadership et de la puissance, compréhension utile pour coacher le nombre grandissant de femmes attirées par les ateliers et les cours dispensés par le centre Epona.

## LA DIFFÉRENCE ENTRE LA SEXUALITÉ ET LE CONTACT

Dans notre culture, on considère depuis longtemps que l'attrance des femmes pour les chevaux est essentiellement de nature sensuelle, ou du moins un substitut à la sexualité. Après tout, lorsque les filles deviennent soudainement captivées par ces magnifiques créatures et qu'elles ont le droit de laisser libre cours à leur idée fixe en prenant des leçons d'équitation, ou même en achetant un cheval, elles semblent moins s'intéresser aux garçons que celles qui ne pratiquent pas l'équitation.

Ressentir cette forte attrance pour les chevaux est aussi prédominant chez les femmes dans la fleur de l'âge qui vivent des changements majeurs dans leur vie, en particulier des problèmes de relation.

En tant que monitrice d'équitation et spécialiste en thérapie assistée par les chevaux, je dois admettre que la plupart de mes élèves féminines correspondent à l'une de ces deux catégories : « la jeune adolescente » ou « la femme en transition. » Parmi toutes les personnes qui assistent à mes leçons, séances de thérapie, ateliers et classes d'entraînement, moins de vingt pour cent sont des hommes. Bien que ceci soit certainement lié au fait que je suis une femme qui n'enseigne pas le jumping, l'art du lasso, le reining, le cutting et toute autre activité équestre plus à même d'attirer les hommes en mal de sensations, la présence très largement dominante d'une clientèle féminine dans mon travail reflète la tendance nationale. Une étude a estimé que les femmes représentent plus de quatre-vingts pour cent de la clientèle qui achète des produits relatifs aux chevaux, ce qui rapporte plus d'un milliard de dollars à l'économie de ce pays. Cette différence entre les sexes diminue parmi les personnes qui participent à des concours hippiques et qui sont des professionnelles. Cependant, pour les femmes que je rencontre, les chevaux représentent quelque chose de beaucoup plus profond que le profit, le sport ou le divertissement. La grande majorité des cavalières recherche une relation qui les nourrit et qui représente un défi, une relation qui apporte un équilibre solide entre l'intelligence et l'instinct, la force et la grâce, la beauté et la puissance, la spiritualité et la sensualité. Lorsque ces personnes ressentent l'esquisse d'une pure euphorie débridée en évoluant en parfaite harmonie avec une demi-tonne de cœur et de muscles, il n'existe aucun retour possible.

Avec le temps, j'ai finalement compris que les chevaux ne sont pas des substituts au sexe. C'est plutôt la relation sexuelle qui est parfois un substitut pour ce type de connexions multisensorielles que les chevaux, à la différence de nombreuses personnes dans notre société, sont capables d'offrir sans réserve.

Le sexe, tel qu'il est montré dans les médias et exprimé dans de nombreuses relations plus ou moins longues, est un moyen de vivre rapidement des sensations fortes qui soulagent temporairement notre quête d'une véritable intimité.

Cependant, le besoin d'un contact authentique ne peut pas être retrouvé aussi longtemps que les qualités mêmes qui nourrissent les relations continuent à être perturbées chez les humains. Dans son livre, *Le corps*, comment retrouver notre nature sensuelle, le thérapeute psychosomatique, Don Hanlon Johnson, analyse les réseaux complexes du conditionnement social qui conduisent à cet état très répandu de dissociation. De nombreux concepts développés par la culture occidentale au cours des deux derniers millénaires agissent de concert pour nous retirer et nous isoler de nos propres sources de pouvoir, de sensualité et de créativité. Ces concepts réduisent le corps à un « esclave » ou à une « machine » et le mental à un « roi », un « patron » ou un « ordinateur central » du corps, à l'annulation des sens, au rejet des émotions, à l'assujettissement du féminin, et avec l'importance exagérée donnée à la stabilité, aux avis extérieurs et aux méthodes établies.

« Cette fracture du corps-esprit qui nous pousse à discréditer la sagesse de nos sens est reflétée par la division ancestrale entre les hommes et les femmes, écrit-il. Nous avons construit un monde mythique dans lequel les hommes en costume gris affaires devant des ordinateurs ou dans des salles de réunions à planifier l'hécatombe collective sont considérés comme les prototypes du comportement raisonné, capable de diriger la destinée de notre planète, alors que les femmes qui s'occupent de leur maison et de leurs enfants, ou qui travaillent comme secrétaires ou infirmières, et souvent seules durant leur vieillesse, sont considérées comme étant des sources irrationnelles d'erreur ou même de péché, incapables à prendre toute décision importante dans le domaine des affaires publiques. »

Les enfants sont souvent représentés comme une masse d'instincts irréflectis qui doivent être programmés par une classe d'experts. Ces voix répétitives sont accompagnées de méthodes de structuration corporelle destinées à provoquer le doute sur la justesse de leurs propres perceptions et ressentis. Selon Johnson, les gens entrent en contact avec ces messages non verbaux lors des cours de danse et de gymnastique dont l'objectif est d'enseigner les « bonnes manières » de se tenir, de bouger et de s'exprimer et plus récemment par les manifestations « idéales » que la forme humaine revêt sur un écran de télévision ou pose de façon séductrice dans les magazines. Dans de nombreuses écoles, les garçons et les filles, encore bien souples dans leur corps et leur esprit, entrent en classe en rang et s'assoient sur des chaises en bois bien rigides et alignées pour se concentrer sur un seul adulte détenteur de la connaissance. Tout enfant surpris en train de regarder par la fenêtre avec convoitise ou incapable de rester assis sans bouger est envoyé chez le directeur de l'école, puni et réprimandé ou, lorsque rien d'autre ne marche,

médicalisé jusqu'à la soumission.

À un certain niveau intellectuel, remarque Johnson, notre société semble rejeter l'autoritarisme. Nous sommes les enfants de la révolution américaine, porteuse de liberté et d'expression individuelle. Mais nos institutions ne se comportent pas comme si elles respectaient ce devoir sacré. Au contraire, elles nous conditionnent délibérément à nous conformer et nous soumettre au petit groupe qui nous gouverne, en utilisant et en rejetant couramment la majorité des êtres humains comme les pièces remplaçables d'un grand mécanisme industriel.

Johnson cite les écrits de Wilhelm Reich qui caractérise la position non verbale de conformité enseignée dès l'enfance comme « le point d'ancrage physiologique de l'incapacité sociale à la liberté. » Reich observa que « le fait d'éduquer les gens à adopter une attitude rigide et artificielle constitue un des moyens fondamentaux utilisés par les systèmes dictatoriaux pour produire des organismes fonctionnant automatiquement, sans volonté propre. » Le problème avec ce type de conditionnement c'est que nombre de nos conflits personnels ou interpersonnels surgissent parce que nous confrontons les situations nouvelles avec les mêmes positions. Nous gardons bien enracinés en nous des schémas de postures, de comportements et de pensées même lorsqu'il est évident qu'ils sont obsolètes.

Face à une telle adversité, monter un cheval peut constituer un acte inhabituel générant la rébellion, une occasion de s'éveiller de la transe physique et mentale du conformisme. Parmi les clients qui m'inspirent le plus, il y a des femmes d'affaires très actives, entre 30 et 50 ans, qui peuvent s'offrir le rêve équestre de leur enfance. Les premières fois qu'elles montent, ces femmes sont toujours étonnées de voir que quand leur corps semble raide, leur monture avance avec une démarche raide et empruntée.

Même les personnes qui ont l'habitude de courir, d'utiliser des poids et haltères ou de faire du cyclisme découvrent qu'elles ont inconsciemment adopté des habitudes restrictives qui limitent considérablement leur liberté de mouvement, de posture : ces déséquilibres et zones de tensions affectent de façon visible le déplacement du cheval. Après tout, peu importe combien ces femmes paraissent ou se sentent en forme, elles passent autant d'heures assises devant un bureau que leurs collègues moins actives et lorsqu'elles travaillent, elles utilisent souvent une machine pour agir.

Le domaine de l'équitation thérapeutique a démontré qu'aucun appareil mécanique connu des hommes ne peut mesurer l'efficacité du cheval à traiter différents problèmes physiques. Les mouvements simultanés d'avant en arrière et latéraux d'un équidé en bonne santé activent et renforcent la mobilité musculaire chez les personnes victimes d'attaque cérébrale ou d'accident, et peuvent même les aider à retrouver l'usage de leurs jambes. Une étude récente conduite par le Dr Bill Brenda à l'université d'Arizona et par Nancy McGibbon, travaillant au TROT (Therapeutic Riding Of Tucson), a montré une amélioration quantifiable de la mobilité et de la flexibilité des enfants handicapés moteur-cérébraux après une seule séance d'équitation thérapeutique.

Certaines des expériences les plus audacieuses étudiant les effets thérapeutiques du contact avec les chevaux suggèrent que ces animaux sont si efficaces dans ce contexte parce qu'ils agissent à des niveaux multiples, détendant et portant le cavalier de telle manière que cela crée une ouverture pour laisser place à la guérison. Le simple fait de brosser un de ces animaux, par exemple, a montré une diminution de la tension artérielle. De telles études commencent à légitimer la formidable influence que les chevaux peuvent avoir sur des personnes ayant des troubles physiques, émotionnels ou mentaux. Mais il existe d'autres aspects, plus mystérieux, de l'interaction des chevaux et des hommes qui ne peuvent pas être mesurés ni même recréés et qui, par conséquent, continuent à être ignorés des psychologues, des organismes ou des institutions médicales satisfaits de leurs statistiques, alors que leurs clients pourraient bénéficier des thérapies assistées par des chevaux.

Je ne cesse de m'émerveiller de la profondeur avec laquelle même le professionnel le plus confiant et le mieux armé peut être perturbé par le fait de monter dans un petit enclos un cheval tenu en longe. Un des moments les plus stimulants de ma pratique se produit lorsqu'un débutant comprend que pour libérer le cheval afin qu'il reflète ses propres problèmes physiques, il doit respirer par le ventre, desserrer ses mâchoires, détendre ses épaules, relâcher son pelvis et permettre à la partie supérieure de son torse de bouger tranquillement au rythme de ses hanches qui suivent l'allure souple de sa monture. Des larmes de joie ou de tristesse accompagnent assez souvent cette découverte qui semble secondaire, car ce qui est débloqué dans le corps a tendance à débloquer les émotions. À ce moment-là, chaque femme commence à comprendre quelle proportion de grâce et de vitalité innées elle a consciemment, ou inconsciemment, sublimée, contenue ou sacrifiée pour se faire une place dans la vie.

Certaines prises de conscience sont plus bouleversantes que d'autres. De temps en temps, la leçon d'équitation d'une débutante fait resurgir des mémoires réprimées de violences sexuelles ou des émotions de colère liées à des viols dont elle pensait s'être déjà libérée en thérapie. Toutefois, l'intensité d'une telle expérience est tempérée par la présence puissante et stable du cheval. Avec un coaching attentionné et délicat, la cavalière est capable de traverser son trauma initial et sa souffrance en restant en selle tout en découvrant un sentiment de pouvoir qui l'aidera pour continuer à clarifier tout cela en psychothérapie. Une de mes élèves, Anne, avait été victime d'inceste et pensait en avoir disséqué tous les aspects avec l'aide de plusieurs psychologues. La première fois qu'elle est entrée dans l'écurie, elle a été choquée de découvrir à quel point ce traumatisme avait affecté son sentiment de liberté sur le plan physique et à quelle vitesse elle vivait une profonde libération sur le dos d'un cheval. Des années



de thérapie ne l'avaient pas aidée à retrouver une liberté de mouvement dans la région de son bassin et elle remarqua même que cela constituait un problème réel. Cependant, il était clair pour elle que cette révélation somatique n'avait été possible que parce qu'elle se déroulait dans le contexte non sexuel d'une leçon d'équitation. Pendant des années, les relations sexuelles, même avec les hommes les plus attentionnés, l'avaient amenée à se bloquer et à se renfermer de plus en plus.

Comme Joy, Anne montrait aussi une tendance à se dissocier dans des situations stressantes. Ce problème avait rendu sa réussite dans les affaires et ses relations personnelles de plus en plus difficiles. Lorsqu'un bon médiateur est nécessaire, même les personnes les plus intelligentes ayant vécu une agression sexuelle tendent à se pétrifier, donnant ainsi à leurs collègues moins talentueux la possibilité de les éclipser dans des situations d'urgence des plus anodines. Les femmes qui ne peuvent pas réfléchir sous la pression ou gérer des relations interpersonnelles vives ne sont pas engagées pour faire du management. Ces femmes tendent à être défavorisées lors des promotions même si elles sont dévouées et douées comme elles ont pu le prouver par ailleurs. Elles ont aussi du mal à gérer les problèmes familiaux efficacement. Soit elles répugnent de se laisser aller à une relation romantique au moindre signe de désaccord, soit elles laissent leur mari, et plus tard leurs enfants, prendre le dessus lorsqu'un différend les conduit à des émotions plus vives.

Après avoir bien compris la physiologie de la réponse d'immobilité grâce aux écrits de Peter Levine, je pouvais aider les femmes à se débarrasser de leurs schémas relatifs à la dissociation sur le même mode avec lequel je m'étais occupée de Spike, le cheval de randonnée qui avait été dressé pour rester dans un état altéré qui le maintenait dans une totale incapacité. Il fallait demander à ces personnes de bouger chaque fois qu'elles tombaient dans cet état de pétrification, en utilisant l'énergie du cheval pour activer les muscles associés à la course. J'ai fini par rencontrer une autre thérapeute dont la réponse intuitive pour les personnes ayant vécu une agression coïncide avec ce point de vue. Leif Hallberg, fondatrice du centre Esperanza pour l'apprentissage de l'équitation, situé près de Phoenix en Arizona, a travaillé avec une femme qui retrouvait des mémoires de viol pendant ses leçons d'équitation. Alors que sa cliente entrait en état de dissociation, Leif ressentait le besoin instinctif de « remuer cette femme pour la sortir de là » en lui demandant de faire trotter son cheval. L'effet de cette allure plus rapide amenait cette femme en douceur dans des mouvements ascendants et descendants, en mobilisant simultanément le groupe de muscles associé au jogging. Tel un animal chassé qui tremble et court après être sorti de l'état de pétrification, l'énergie contenue dans la zone pelvienne de cette élève se relâchait et elle termina la séance dans un état de soulagement et en possession de sa force intérieure malgré l'émergence soudaine de cette mémoire bien longtemps réprimée.

Les parallèles entre les expériences des états altérés du cheval qui a été couché au sol et de la femme victime de viol sont devenus encore plus évidents lorsque j'étudiais la symbolique équine utilisée dans les trances vaudoues. Au Nigeria, la culture Bori des Haoussas, une variante urbaine d'un système religieux préislamique qui met l'importance sur les interactions avec le monde surnaturel, fait référence à ses médiums en tant que « chevaux », comme le font de nombreux cultes vaudoues en Haïti et en Jamaïque. Par une série de rites initiatiques, ceux qui sont appelés à exercer cette profession apprennent à s'abandonner aux forces invisibles dont on dit qu'elles « chevauchent » leur monture humaine dans des buts variés. Au début, j'étais intriguée de voir que les médiums chevaux vaudoues étaient essentiellement des femmes. Puis j'ai lu que ces sectes existent en marge d'une culture dominante qui n'offre pas, ou peu, de place aux femmes pour participer aux affaires religieuses ou politiques. La conversion à l'Islam du Nigeria a fait de ces matriarches respectées la propriété de leur mari ou de leurs fils. La société haïtienne dominée par les hommes considère les femmes comme appartenant à un rang inférieur. Pour des femmes traitées en esclaves et bannies dans leur propre communauté, cela ne représente pas un grand effort de foi que de devenir une servante à la disposition des dieux. Le cheval est une métaphore optimiste pour une telle position, car c'est un animal qui a tout fait pour communiquer un semblant de beauté et de dignité en portant le poids du maître.

« Dans toutes les sociétés, les personnes au pouvoir ont fait en sorte de garder le rôle des femmes défini avec soin et bien contrôlé », écrit Don Hanlon Johnson dans son livre, *Le corps, comment retrouver la sagesse de nos sens*. « Le fascisme, le communisme, l'islamisme, l'hindouisme, le catholicisme et tous nos systèmes conservateurs se sont rassemblés sur la nécessité de confiner la femme dans un rôle isolé, cantonnée à la maison. Même Freud soutient que les femmes retardent l'évolution de la civilisation. »

Johnson cite Octavio Paz pour résumer le point de vue latin sur le sujet : « Qu'elle soit prostituée, déesse, grande dame ou maîtresse, la femme transmet et préserve, mais ne croit pas dans les valeurs et les énergies qui lui ont été confiées par la nature ou la société. C'est un animal sauvage qui a été domestiqué. Pécheresse de naissance, elle doit être soumise avec un bâton et guidée par les rênes de la religion. »

Dans certaines cultures misogynes, les femmes sont assez manifestement traitées, ou plus exactement maltraitées, comme les chevaux. Les religions et le vaudou sont toutes deux des cultes de la possession ; les médiums ne gardent aucune mémoire de ce qu'elles ont accompli lorsque les esprits les « chevauchaient ». Les anthropologues qui étudient le phénomène ont déterminé que les personnes qui sont attirées par ces sectes ont déjà été tellement dévalorisées et touchées par la culture dominante qu'elles ont perdu la volonté de vivre pour elles-mêmes. Le fait de battre les femmes ou de les violer est communément ignoré, voire considéré comme socialement acceptable. Ces actes de violence induisent une réponse de pétrification chez des personnes qui peuvent être cooptées pour toutes sortes de tâches. Comme les mustangs sauvages que l'on force à se coucher au sol et que l'on terrorise, ces



femmes ne sont plus que des ombres, même si leur cœur continue à battre. Il n'est pas surprenant que les « juments des dieux » Bori passent la plus grande partie de leurs journées à travailler dans des maisons closes. La capacité de la médium à se dissocier de la réalité alors qu'une autre entité prend le contrôle de son corps est aussi utile dans un lit qu'il l'est au cours des rituels de possession.

Dans mon travail avec des personnes victimes de viol, j'utilise souvent ce phénomène pour expliquer les effets psychologiques et physiologiques de la violence sexuelle. Le profil personnel d'une médium cheval vaudou aide aussi à clarifier la différence qui existe entre l'intuition et la bonne réaction d'une femme en possession de son pouvoir et l'obéissance d'une femme qui a perdu ce pouvoir. L'assentiment contraint n'a rien à voir avec la confiance et l'abandon nécessaires à la création d'une relation cocreative avec l'esprit, les plans divins, l'alignement avec le tao, et ce n'est certainement pas la voie du cheval. Comme cela a été démontré dans les chapitres précédents, ces animaux acceptent plus facilement de montrer leurs multiples vertus dans une collaboration consciente avec les humains qui prennent soin d'eux. Dans l'art délicat du dressage, par exemple, le cheval et le cavalier sont tous deux en pleine possession de leur pouvoir, et parfois il est difficile de dire qui suit l'autre. Tant qu'une victime de violences ne comprend pas cela et ne se reconnecte avec ses propres sensations de volonté et de conscience de soi, elle aura des problèmes pour obtenir la coopération d'un cheval, conduire une réunion d'affaires ou obtenir le respect de ses enfants.

Dans ce but, Anne, qui avait récemment adopté une enfant de 12 ans victime de violences sexuelles, voulait offrir à sa fille des leçons d'équitation pour servir de thérapie et comme récompense à ses bons comportements. Après quelques séances, ma cliente était enthousiaste des progrès de Callie, mais elle pensait qu'elle devait cesser ces leçons à cause de plusieurs incidents qui s'étaient passés à la maison et qui concernaient le manque de respect. Anne se faisait du souci et voulait protéger Callie qui entrait dans l'adolescence. Elle voulait faire avorter tout signe de rébellion et savait que les leçons d'équitation étaient le privilège que Callie estimait le plus.

— Ma fille a déjà vécu des relations sexuelles abusives et j'ai peur qu'il soit trop tentant pour elle de tomber du mauvais côté, dit-elle en soupirant. Cependant, je vois bien que l'atmosphère de l'écurie et l'influence des chevaux ont un effet positif sur elle. Simplement, je ne suis pas sûre de ce que je dois faire.

— Pensez un peu à ceci, lui répondis-je. Les chevaux donnent à Callie des émotions vives, ce sentiment d'allégresse que nous avons tous connu lorsque nous sommes en contact intime avec un autre être. Mais, et c'est sans doute plus important, elle apprend qu'elle peut vivre ce niveau d'extase et de contact hors de toute relation sexuelle. En même temps, elle gagne de la confiance en soi, de l'équilibre et la capacité à maintenir un auto contrôle sous la pression. Elle a vraiment un lien très profond avec le cheval qu'elle monte et il lui enseigne comment être assurée, patiente, centrée tout en restant souple lorsqu'elle s'occupe de lui. Un garçon de 14 ans, guidé par ses instincts et pesant cinquante kilos aura moins d'influence sur une jeune fille qui sait comment faire face à cinq cents kilos de muscles qui bougent rapidement. Callie apprend l'art des relations dans un environnement sûr où elle ressent aussi beaucoup de joie, et elle a la volonté de se lever à six heures du matin chaque week-end pour cela. Est-ce que cela a moins de valeur que sa séance hebdomadaire de thérapie de groupe ?

Callie fut autorisée à continuer ses leçons d'équitation ; la mère et la fille ont exploré les manières de résoudre leur différend dans une atmosphère de coopération plutôt que de peur et de retenue.

## LE SYMBOLE DE L'ÉTALON

Alors que de nombreuses femmes prennent le cheval comme symbole du pouvoir féminin, l'étalon offre une puissante métaphore pour les défis auxquels les hommes font face pour apprendre à moduler leurs propres besoins physiques et émotionnels. L'énergie masculine mal gérée est extrêmement difficile à contenir lorsqu'elle atteint la masse critique, en particulier si vous vous trouvez sur sa route. Les survivants de la tragédie qui s'est déroulée au Colombine High School savent cela trop bien, mais tout parent d'un adolescent en colère a une idée de la force torrentielle de la testostérone qui afflue sans contrôle, et ce n'est pas très beau. Pourtant, lorsque vous prenez à part un garçon de 16 ans plein de frustrations et que vous lui demandez pourquoi il a frappé le mur avec son poing, il haussera probablement les épaules et marmonnera : « Je ne sais pas. » Et la vérité, c'est qu'il ne sait vraiment pas.

Lorsque j'ai rencontré pour la première fois Midnight Merlin, personne ne savait avec certitude s'il était capable de dépasser le cycle de la peur et de l'agression qu'il affichait sans aucune provocation extérieure apparente. Hypersensible au moindre geste ou changement de ton de la voix, il était connu pour prendre la plus légère des requêtes de coopération comme un affront en explosant sans prévenir dans une rage qui laissait la plupart des personnes toutes tremblantes dans leurs bottes. Réduire un étalon qui a des difficultés à gérer une colère chronique est une tâche dangereuse. Habituellement, je n'aurais pas pensé investir le temps, l'énergie et l'attention nécessaires pour sortir un tel cheval de cet état limite, mais quelque chose dans son regard franc m'a amenée à accepter le défi. Il semblait y avoir là une sagesse tranquille et une source profonde de douceur qui se cachait derrière la façade d'un dur. Ou était-ce simplement le calme qui règne dans l'œil d'un cyclone ?

Le fait que Midnight Merlin ait des papiers attestant qu'il était un cheval arabe égyptien noir pure race n'aidait en rien ; c'était un excellent spécimen du meilleur élevage dont la lignée assurait le raffinement, l'agilité, l'énergie, l'intelligence et la sensibilité émotionnelle. Son intelligence pouvait lui permettre de manipuler le plus sensé des

humains qui s'occupait de lui : il possédait une agilité à faire des écarts, se cabrer et faire un demi-tour complet sans prévenir, une sensibilité qui pouvait se transformer en bombe à retardement s'il était contraint à la soumission. Ce sont les mêmes caractéristiques qui lui donnaient le potentiel de devenir une monture vraiment impressionnante, mais en cours de route, cet étalon de 15 ans en était arrivé à associer sa vitalité phénoménale à de l'anxiété, de la peur et une rage effrénée. L'expression même de sa force vitale était régulièrement vécue comme une menace qui le plongeait inexorablement dans une réaction de fuite ou de lutte : préparation pour l'urgence, impulsions incontrôlables à fuir ou à lutter, frénésie désorganisée ou dissociation.

Comme de nombreux étalons qui ont été maltraités, on ne pouvait pas faire confiance à Merlin pour qu'il accomplisse des activités allant de soi pour les autres chevaux. De plus, l'entraîneur qui s'occupait de lui avait quitté la ville sans prévenir et sans laisser d'adresse, sans verser d'argent pour la pension et sans donner la moindre information sur le propriétaire légal de Merlin qui, selon la rumeur, vivait quelque part au Nouveau-Mexique. Les propriétaires du Ranch, situé dans la partie est de Tucson, avaient pris soin de ce cheval abandonné pendant six mois, mais sa vigueur et son tempérament explosif faisaient de l'entretien une telle épreuve qu'il fut relégué dans un corral spacieux mais isolé, recevant largement nourriture et eau fraîche mais peu de stimulations et d'interactions. Toute âme bienveillante qui essayait de lui mettre un licol pour le conduire au manège faire un peu d'exercice était vouée aux morsures, cabrements et ruades, sans parler de la tentative évidente de coincer cette amoureuse des chevaux peu méfiante contre un arbre.

Les premières fois que je m'approchai de lui pour le toucher, Merlin s'agita et me menaça comme si je l'avais frappé avec un bâton. Après avoir tenté des approches qui avaient bien marché avec des chevaux indisciplinés et après avoir questionné certaines personnes du Ranch qui avaient observé les interactions de Merlin avec son précédent entraîneur, j'ai compris que son anxiété croissait dangereusement en présence d'activités équestres conventionnelles et du harnachement. N'ayant que peu d'alternatives, j'ai essayé de gagner sa confiance par des techniques purement expérimentales, certaines de celles que j'avais développées après avoir étudié les stratégies de traitements psychologiques utilisées sur des humains victimes de traumatismes. Comme Merlin, ces personnes souffrent d'hyperexcitation et d'accès de panique. Celles qui ne tombent pas en état de pétrification ont tendance à exploser au moindre mouvement à cause de l'intensité de leurs émotions. Le sentiment d'être hors de contrôle devient par lui-même si effrayant que toute sensation de leur propre vitalité est vécue comme une menace. Dissocier l'anxiété, la colère et la terreur du ressenti d'être en vie constitue une partie essentielle du traitement car cela crée un environnement sécurisant où la personne est aidée afin qu'elle reprenne le contrôle de sa force vitale sans agresser les autres ou essayer de s'enfuir. La solution réside dans l'attachement sécurisant au thérapeute qui peut aider la personne à réguler ses émotions et son excitation lorsqu'elle se retrouve face au type d'expériences et d'actions qui lui rappellent le traumatisme originel.

Selon le Dr Maryanna Eckberg, psychologue californienne spécialiste des victimes de torture ou de violence, le bureau du thérapeute ne serait jamais ressenti comme sécuritaire si le client devait revivre sans cesse ses mémoires passées, être envahi d'émotions intenses, et qu'il terminait la séance en se sentant déstructuré, plein de peurs et vulnérable. La présence forte et empathique du thérapeute, indispensable au traitement, peut contenir la colère et la souffrance communiquées par la personne traumatisée, tout en maintenant des limites clairement établies. Des spécialistes du traumatisme comme Maryanna Eckberg ou Peter Levine soulignent l'importance de ne libérer qu'une petite partie de l'intense énergie associée à des images et des émotions liées à l'expérience extrême à la fois, permettant ainsi au système nerveux d'assimiler chaque étape. Cette approche en douceur ouvre des espaces pour que la mémoire dissociée se réassocie, pour que se défasse le lien entre anxiété et énergie de la force vitale et pour contrecarrer les réponses défensives, afin de ressentir un sentiment de complétion.

Ces observations se sont révélées extrêmement bénéfiques pour travailler avec Merlin. En réintégrant des activités équestres classiques ainsi que l'utilisation des différentes pièces de sellerie, je surveillais constamment son niveau d'excitation. Si je ne me retirais pas et ne le stabilisais pas à temps, il explosait de différentes manières, soit en m'entraînant au sol en tirant soudainement sur la longe, soit d'autres fois en se cabrant au-dessus de moi dans une terrifiante démonstration de peur transformée en colère. Si je tenais bon et que j'étais capable de contenir sa frustration sans me laisser stimuler émotionnellement, je notais systématiquement chez lui un changement vers une plus grande confiance en moi et une plus grande assurance. Si je montrais le plus petit accès de panique ou si je me mettais dans une colère mêlée de peur, Merlin partait dans une frénésie qui nous laissait tous deux avec un sentiment d'épuisement et de vulnérabilité. Le jour suivant, je remarquais une diminution de confiance et de contrôle de soi chez l'étalon, et il me fallait alors produire encore plus d'efforts pour les regagner. Toutefois, d'une manière générale, notre association était positive, parfois miraculeuse. Le sentiment de sagesse tranquille et de douceur que j'avais ressenti au départ chez lui commençait à se révéler et demeurait en lui pendant des périodes de plus en plus longues. Je quittais souvent nos séances dans un état d'attention calme et intense.

Je travaillais avec l'étalon depuis deux mois lorsque Linda Zimmerman, du Ranch, retrouva sa propriétaire, Shawnee Allen, éleveur au Nouveau-Mexique. Par son intermédiaire, j'ai appris que Merlin avait eu une existence idyllique dans son ranch pendant les dix premières années de sa vie. Shawnee aimait sa beauté flamboyante et l'étalon était rarement monté ou entraîné correctement. Il était simplement lâché plusieurs fois par semaine pour pouvoir courir librement avec quelques autres chevaux dans un beau pâturage bordé d'arbres.

Les problèmes commencèrent lorsque Shawnee le vendit à l'âge de dix ans à un entraîneur réputé de la région ;

une partie du règlement correspondait à un échange avec l'entraînement d'un des poulains de Shawnee. Pourtant, lorsqu'elle se rendit dans l'écurie de cet homme pour voir de quelle manière son poulain progressait, elle trouva Merlin dans le coin d'un box sombre, la tête attachée entre ses jambes. L'entraîneur déclara que l'étalon était capricieux et destructeur ; il méritait de recevoir une leçon. Shawnee décida sur le champ qu'elle devait racheter Merlin pour le soustraire de cette situation inhumaine. Mais le mal était déjà fait. Merlin était devenu peureux, agressif, plein de colère et de méfiance envers quiconque s'approchait de lui. Shawnee ne savait pas comment amadouer l'étalon pour le sortir de cet état qui le rendait de plus en plus dangereux. Finalement, elle rencontra un entraîneur sûr de lui, qui parlait d'une voix calme et semblait avoir un certain contact avec Merlin. Avec la promesse de rééduquer le cheval en toute sécurité et de le revendre dans le sud-ouest comme étalon reproducteur, l'homme embarqua le cheval dans son van pour finalement l'abandonner à Tucson peu de temps après.

Shawnee eut de profonds remords. Plus d'une fois elle avait essayé de faire au mieux pour le cheval, et à chaque fois le résultat était pire. Malgré son amour pour ce cheval, elle savait qu'elle ne pouvait pas s'occuper de lui. Après une discussion avec les propriétaires du Ranch, qui dirent beaucoup de bien sur mes progrès avec l'étalon, Shawnee décida de tenter un dernier essai. Si je pouvais construire un rapport harmonieux et constructif avec l'étalon en une année, elle me transmettrait les papiers de Merlin. Sinon, elle le ramènerait dans le Nouveau Mexique et le laisserait passer sa vie au pré.

Posséder un étalon reproducteur n'a jamais été dans mes objectifs. En tant que formatrice et spécialiste en psychothérapie assistée par des chevaux, j'avais besoin d'animaux doux et bien socialisés pour mes programmes. Pourtant, il y avait quelque chose chez Merlin qui ne pouvait pas être ignoré, et un espoir incroyable me poussa à accepter l'offre de Shawnee, même si je n'en voyais alors pas le côté pratique. En dehors de l'expérience et des compréhensions que je pouvais gagner à rééduquer un cas aussi extrême, je doutais que Merlin puisse devenir assez stable pour travailler dans un environnement thérapeutique, même si je le hongrais.

Cependant, je ne parvenais pas encore à comprendre à quel point il était parfait pour mon programme, même dans sa détresse actuelle. Jusqu'alors, je ne m'étais centrée que sur les problèmes des femmes en travaillant avec les chevaux en tant que cofacilitateurs pour accroître l'estime personnelle, enseigner à poser ses limites et développer le leadership, et faire prendre conscience à mes clientes des sentiments profonds et des tensions physiques qui inhibaient leur capacité à atteindre un plein potentiel. Puis, peu de temps après avoir pris cet engagement sur une année avec Merlin, j'ai eu plusieurs opportunités de travailler avec des adolescents. Une famille demanda à faire une psychothérapie intensive assistée par les chevaux avec Dianna Hine et moi-même. Les parents vivaient le stress inhérent au fait d'élever trois garçons dont l'aîné venait d'avoir 12 ans et montrait de plus en plus des signes de rébellion.

Jesse n'était pas du tout content d'être au Ranch. Assis sous un arbre près d'un corral, il paraissait renfrogné et irrité lorsque sa mère parlait de ses propres ressentiments face à ses explosions de colère, de son manque de coopération et de son intolérance vis-à-vis de ses plus jeunes frères. Elle fit aussi part de son scepticisme à propos des entretiens psychologiques conventionnels pour Jesse parce qu'il s'exprimait de façon non verbale dans ses réponses, en particulier avec les adultes. Bien entendu, lorsque Dianna lui posa quelques questions pour évaluer son degré de conscience du problème, le garçon répondit par une série de haussements d'épaules et quelques variations sur le thème : « Je ne sais pas. » Il ne voulait pas davantage commencer à travailler avec les chevaux.

Agissant sur une impulsion, j'emmenai Jesse et son père au corral de Merlin et je commençai à raconter l'histoire de ce cheval. L'étalon avait été élevé dans une maison où il y avait beaucoup d'amour, mais il n'avait connu que des problèmes dès qu'il avait été exposé aux pressions du monde extérieur.

En tant que reproducteur, il était naturel pour lui de défier l'autorité. Les chevaux « mâles » sont prédisposés à se cabrer, à botter et à mordre pour se préparer à se battre afin d'obtenir le privilège d'un groupe de juments. Toutefois, dans la nature, le jeune étalon découvre rapidement qu'il doit apprendre à contrôler sa puissante énergie, sinon il est mis à l'écart. Une jument dominante expérimentée ne laissera jamais un jeune étalon revendiquer sa position légitime s'il agit sans cesse comme une brute et un tyran.

Les dynamiques du contrôle de l'énergie sont bien plus précaires dans un monde civilisé où les étalons doivent apprendre à interagir avec des êtres humains autant qu'avec d'autres chevaux. Beaucoup de reproducteurs, comme Merlin, n'atteignent jamais leur plein potentiel parce qu'ils apprennent à mépriser leur propre vitalité ou à en avoir peur, et ils sont obligés de la réprimer par des règles et des contraintes externes de plus en plus rigides.

J'expliquai à Jesse que Merlin avait connu beaucoup de souffrances et de disputes à cause de certains adultes qu'il avait rencontrés dans sa vie, et que donc il avait développé des stratégies de défense violentes. Toutefois, je lui fis remarquer que je ne pensais pas que quiconque ait l'intention de lui faire du mal dorénavant. La simple puissance de l'énergie débridée d'un mâle effraye les gens. Certaines personnes se replient et se laissent devenir des victimes de celui-ci. D'autres essayent de le soumettre par la honte. D'autres encore transforment cette peur en colère et utilisent quelquefois des mesures inappropriées ou extrêmes pour reprendre le contrôle.

Lorsque j'apprenais le métier d'entraîneur, ai-je confié à Jesse, on m'a montré comment soumettre un étalon un peu exubérant avec une corde. Toutes ces options, soulignai-je, enseignent au cheval et à leurs contreparties humaines à associer l'expression de cette force vitale à la douleur, à la frustration et à la violence plutôt que de les aider à

apprendre la manière de canaliser cette énergie de façon plus constructive.

La première personne ayant entraîné Merlin a dû sûrement trouver que les méthodes qu'elle utilisait pour débarrasser les autres poulains ne fonctionnaient pas avec ce cheval particulièrement vif. Avec son extrême sensibilité, son énergie incroyable et son esprit indomptable, Merlin avait tendance à en rajouter plutôt que de se laisser soumettre. Le cheval et l'entraîneur se sont engagés dans une lutte de pouvoir qui a produit de la violence de part et d'autre, en créant un enchevêtrement de traumatismes, de ressentiments et de comportements destructeurs dans le système nerveux impressionnable de cet étalon. Le fait de parvenir à lui faire abandonner ses mémoires passées et ses mécanismes de défense tout en construisant de nouveaux schémas comportementaux plus efficaces constituait un processus long et délicat pour un cheval aussi âgé que Merlin. De la même manière, de nombreux hommes coléreux n'apprennent pas la manière convenable de canaliser et de contrôler leur propre puissance intérieure, et c'est pour cela qu'ils ne possèdent aucun moyen d'aider leur fils à gérer les sensations envahissantes et les effets d'une maturité naissante.

Pendant les mois passés à m'occuper de Merlin, j'avais compris que l'énergie spécifique des mâles est une force neutre, mais indéniablement intense, qui peut facilement décupler les émotions. Elle peut dépasser tout contrôle en offrant très peu de signes avant-coureurs et elle recherchera n'importe quel prétexte pour s'exprimer. Comme instinct créatif de l'espèce, elle apporte la nouveauté dans la vision de l'art et dans la maîtrise du sport ou des affaires. Mais elle peut tout aussi facilement devenir une force destructive.

Merlin m'enseigna que le flot d'énergie vient en premier, puis son expression effrénée est trop souvent prise à tort pour de la colère ou de la peur par celui qui la vit, comme par les personnes témoins d'une telle explosion. Si des émotions négatives sont régulièrement associées à cette force naturelle, il est peu probable que celui qui la ressent puisse apprendre à la libérer de manière plus douce, plus contrôlée et plus constructive. La prédominance de la violence masculine dans notre société, tant dans le passé qu'actuellement, est directement liée aux tentatives faites pour réprimer ce qui constitue une disposition naturelle. Les associations négatives et la contrainte n'aident pas beaucoup à transformer cette force brute et explosive en une manifestation mature de la force de vie.

Jesse comprit rapidement que ce que lui-même et sa famille interprétaient comme des explosions de colère était la même éruption volcanique d'énergie masculine qui faisait de Merlin un spectacle aussi impressionnant qu'effrayant. Cette déferlante est directement liée aux changements hormonaux naturels dans le corps. Les juments et les hongres – chevaux mâles qui ont été castrés – expérimentent beaucoup moins souvent ces poussées soudaines d'énergie incontrôlables et ont tendance à être moins extravagants. Par la rééducation et l'entraînement, Merlin apprenait à apprécier sa propre vitalité et à la canaliser dans des mouvements corporels d'une grâce et d'une agilité peu communes. Jesse pouvait apprendre à en faire de même.

Nous avons passé l'après-midi à faire des exercices simples avec un cheval beaucoup plus doux, ce qui permit à Jesse d'apprendre à moduler son propre niveau de stimulation et à libérer ses frustrations avant que cela ne fusionne avec son énergie bourgeonnante et ne se transforme en colère. La semaine suivante, la mère de Jesse avait les larmes aux yeux lorsqu'elle me raconta combien cette expérience avait touché en profondeur toute la famille. Elle avait vu son fils sous un nouveau jour, comme un jeune homme vivant et pleinement capable de se contrôler. Dans leur relation, il s'était installé quelque chose de nouveau qu'ils partageaient au-delà des mots. Les parents de Jesse se retinrent de plaisanter lorsqu'il faisait son ménage, et Jesse lui-même s'était senti soudainement motivé à le faire avant qu'ils ne le lui demandent. Il avait même fait un effort pour s'occuper de son plus jeune frère lorsqu'il avait compris que sa mère avait eu une journée particulièrement stressante.

Comme Merlin, il devint un atout majeur pour le programme Epona, enseignant aux adolescents autant qu'à leurs parents, aux professeurs, aux thérapeutes et, parfois même à des inspecteurs judiciaires, la dynamique de l'énergie masculine et le défi spécifique que nous rencontrons tous pour apprendre à mieux gérer cette force colossale, même si lui et moi continuions à travailler sur les profondeurs des traumatismes et la maîtrise de soi.

#### FORMATION ÉQUESTRE POUR THÉRAPEUTES

En repensant à l'histoire de Merlin, il est important de souligner que j'ai appris davantage de lui qu'il n'a appris de moi. Par mes interactions avec cet étalon, j'ai atteint un nouveau degré d'agilité émotionnelle, de sensibilité non verbale, de conscience de soi et de confiance face à l'adversité, des qualités personnelles qui m'ont amenée par la suite à travailler plus efficacement avec les personnes traumatisées.

Les recherches récentes montrent que la thérapie cognitive est particulièrement inapte à résoudre la plupart des problèmes liés aux troubles post-traumatiques parce que les réponses d'urgence ne passent pas par le néocortex, mais activent l'amygdale cérébelleuse et le système limbique, zone du cerveau que les humains ont en commun avec les autres mammifères. Ceci explique les raisons pour lesquelles les dernières techniques utilisées pour des personnes ayant vécu une expérience extrême fonctionnent bien aussi pour les chevaux.

Dans son livre, *L'Intelligence émotionnelle*, Daniel Goleman explique de quelle manière « les émotions possèdent un mental qui leur est propre et qui peut avoir des points de vue relativement indépendants du mental rationnel. » La stimulation de l'amygdale cérébelleuse peut pousser une personne à agir avant même que le néocortex n'enregistre ce qui se passe. En tant que réservoir des mémoires émotionnelles qui peuvent ne jamais devenir conscientes,

l'amygdale cérébelleuse ne cesse d'influencer le comportement en détournant le mental lorsqu'une situation relativement anodine réveille des émotions similaires à celles vécues au cours de la crise originelle. « Les méthodes de comparaison de l'amygdale cérébelleuse sont associatives, écrit Goleman, lorsqu'un élément clé de la situation présente est similaire à celui du passé, on peut appeler cela "une adéquation" – ce qui explique pourquoi ce circuit est mal ajusté, car il agit avant qu'il y ait confirmation. Avec frénésie, il commande que nous réagissions à la situation présente de manières qui ont été gravées longtemps auparavant, avec des pensées, des émotions et des réactions apprises en réponse à un événement, même vaguement similaire, mais assez proche pour mettre en alerte l'amygdale cérébelleuse. »

La psychothérapie facilitée par les chevaux guide les personnes victimes de traumatisme dans une série d'activités qui explorent et modifient les réactions de celles-ci pour déclencher des émotions comme l'anxiété, la peur ou la colère. Plutôt que de tomber dans des réactions de lutte, de fuite ou de pétrification au plus petit signe d'incertitude, une victime de maltraitance pendant l'enfance, comme Joy, apprend à reconnaître son émotion authentique, l'utilise en tant qu'information et expérimente de ces émotions négatives des résultats positifs pour son estime personnelle. Le processus agit en créant des structures de réponses différentes grâce à des expériences nouvelles. Les activités sont conçues pour garder la stimulation du client à un niveau plus gérable tout en permettant au thérapeute d'intervenir au cours de réactions émotionnelles authentiques. Rappelez-vous que Joy n'était pas capable de clarifier son attitude protectrice. Bien qu'elle en ait pris un peu conscience, des années de psychothérapie n'avaient pas modifié ses réactions aux émotions fortes, ni même amené ces ressentis à un niveau d'attention consciente. Elle n'avait pas conscience de la peur qu'elle ressentait face à ce délinquant sexuel de Chicago, bien que l'émotion réprimée la plongeât dans un état de fragilité et de dissociation dans lequel il pouvait encore plus facilement la manipuler. En fait, Joy a dû constater les effets de sa peur inconsciente sur Noche pour croire en sa réalité.

Alors qu'elle ressentait cette émotion, je lui ai enseigné des techniques pour reconnaître le message présent derrière le ressenti, pour respirer dans les tensions que cela créait dans son corps et pour changer la réponse ou l'objectif en réponse à cela. En utilisant ces techniques à plusieurs reprises, avec Noche qui agissait comme un baromètre émotionnel, Joy fut capable de créer une manière de répondre plus efficace qui offrait à son amygdale cérébelleuse un ensemble différent de mémoires à associer à la peur, mémoires dans lesquelles elle restait bien présente et capable de respirer dans ses tensions plutôt que de se mettre à l'écart et de se dissocier. De même, Merlin, dont l'amygdale cérébelleuse lui commandait de devenir violent en réponse à la peur, a appris à baisser la tête, arrondir le dos et respirer en réponse à des situations qui auparavant le mettaient en rage.

La logique, la punition et la récompense, éléments communément utilisés pour changer les comportements, sont inefficaces dans les premiers temps d'une thérapie liée à un traumatisme, parce que ces personnes, ou ces animaux, en sont arrivés à associer tout accroissement de leur énergie, y compris le ressenti de leur propre vitalité, à l'anxiété, la peur ou la colère. Joy et Merlin pouvaient quelquefois paniquer lorsqu'ils se sentaient bien, et cette réaction m'a surprise dans un premier temps. Joy admettait en effet qu'elle avait du mal à ressentir du plaisir, sexuel ou autre, sauf s'il était associé au danger. C'est ce qui l'a amenée à se sentir attirée par des hommes instables, et cela se manifestait aussi par une tendance à se renfermer, ou à fuir, lorsqu'elle ressentait une émotion positive, même si cela se passait dans un cadre sécurisant. Les ressentis de bonheur, de joie ou de stimulation des sens étaient associés dans son cerveau émotionnel à des conséquences graves. Pour ces raisons, Joy pouvait soudainement prendre peur ou être en état de dissociation même si elle passait une bonne journée.

Dissocier l'anxiété du sentiment d'être en vie constitue la partie essentielle du traitement. Dans ses leçons d'équitation avec Noche, par exemple, je m'assurais que Joy était capable de maintenir son calme à un niveau constant lorsqu'elle avançait au pas, avant de la faire aller au trot, tout en lui demandant de respirer profondément à travers toute expression d'émotion forte, qu'il s'agisse de peur, d'anxiété, de joie, de fierté, ou d'extase. Noche facilitait mon travail. Sa capacité à la mettre en recherche d'équilibre et à continuer d'évoluer en réponse à ses humeurs changeantes empêchait Joy de tomber dans l'immobilisme de la pétrification. Je pouvais dire à la seconde près quand elle perdait son attention, car la trajectoire de Noche autour du manège se faisait alors plus irrégulière. Le talent du cheval à ressentir les changements subtils dans les états physiques et émotionnels de Joy, tout comme sa capacité à la faire traverser les moments de peur et de dissociation, étaient inestimables pour aider cette femme à remettre en ordre une foule de mémoires anciennes et de réactions.

Le but du thérapeute qui travaille avec des personnes ayant subi un traumatisme est d'enseigner à ses clientes comment réguler leur propre niveau de stimulation physique ou émotionnel tout en maîtrisant la douleur et les souffrances transmises par ces personnes, en s'assurant qu'elles ne libèrent qu'une petite partie à la fois de l'énergie intense, des images qui lui sont associées et des émotions de cette expérience extrême. Pour cela, le professionnel doit être capable de moduler son propre niveau de stimulation sans tomber dans l'incohérence. De nombreuses victimes ont appris à se référer aux signaux non verbaux pour évaluer les intentions des autres personnes, et elles sont extrêmement sensibles aux émotions incohérentes chez toute personne qui se propose de les aider. Par exemple, chaque fois que j'avais peur de Merlin, il devenait encore plus frénétique même si je paraissais calme face aux personnes qui observaient à l'extérieur du manège. Noche aurait pu dire à quel moment Joy avait peur malgré son habileté à se le cacher à elle-même. Charles savait à quel moment les animateurs du groupe devenaient irritables, anxieux ou en proie à la colère, et il devenait violent lorsque ceux-ci tentaient de dissimuler leurs émotions authentiques.



Les compétences personnelles nécessaires pour traiter les personnes traumatisées ne peuvent pas être acquises en lisant un livre, en écoutant une conférence, en faisant un test ou en participant à des jeux de rôle. La cohérence émotionnelle et le calme face à l'adversité sont des qualités qui se développent par l'expérience. Les thérapeutes, le personnel soignant et les assistantes sociales construisent cette expérience grâce à leurs rapports avec des personnes en proie à des crises de panique, sous la direction indispensable de superviseurs plus expérimentés. Toutefois, le système est loin d'être sans faille. Parfois, ces professionnels novices sont blessés ou traumatisés émotionnellement au cours du processus, et cela peut créer dans leur cerveau, au niveau de l'amygdale cérébelleuse, une mémoire qui peut les amener à réagir trop dans des situations moins intenses qui se présentent ultérieurement. Pour sauver la face en présence de leurs pairs, ils pourront continuer à afficher confiance en soi et pouvoir personnel, tout en se refermant intérieurement, en créant ainsi une situation d'incohérence qui déconcertera une personne dans un état exacerbé de conscience non verbale. Je me suis occupée de nombreuses personnes ayant vécu une expérience extrême et qui ont été traumatisées de surcroît par des personnes censées les aider ; ce qui n'a fait qu'empirer inconsciemment la situation.

C'est la raison pour laquelle Kathleen Barry Ingram et moi-même avons conçu un atelier spécifique, avec les chevaux comme facilitateurs, pour les personnes qui s'occupent de victimes de traumatismes. Le fait d'être en interaction avec des chevaux inconstants, agressifs ou en état de dissociation met en lumière tout problème personnel dans un environnement positif où les professionnels des soins de santé peuvent partager leurs peurs, leurs frustrations et leur insécurité, apprennent à gérer leurs propres émotions conflictuelles et expérimentent des manières plus efficaces de s'occuper de personnes désorientées, agressives ou en état de dissociation. Par ce travail, les professionnels affinent leur sensibilité à la conscience non verbale, et ils développent une compréhension pour des formes atypiques d'intelligence. Ils explorent les connexions qui existent entre les états physiques, émotionnels et mentaux. Ils accroissent leur conscience des croyances personnelles et des zones de tensions corporelles qui inhibent les relations idéales avec les clients, les patients ou les résidents d'un centre de soin. Ils observent les effets de leurs propres états émotionnels incohérents et apprennent des méthodes pour calmer des clients qui paniquent. En développant le sang-froid et le contrôle de soi nécessaires pour maîtriser un être sensible de cinq cents kilos, leur capacité à contrôler et à moduler l'excitation de leurs clients humains devient une seconde nature.

Bien qu'ayant constaté les effets de l'incohérence des états émotionnels des éducateurs en charge de Charles, je ne saisisais pas vraiment l'importance de ce type de formation pour les conseillers psychologiques, les infirmières, le personnel soignant ou même les assistantes sociales avant de rencontrer une jeune femme qui avait été brutalisée malencontreusement par des membres du personnel durant une situation de crise. Peu de temps après être sortie d'un centre de cure pour drogués, Liz est venue au Ranch pour travailler avec les chevaux. Pendant l'enfance, elle avait participé à des concours hippiques et sa mère pensait qu'un stage d'apprentissage équestre pourrait l'aider à sortir d'une dépression. Bien que Liz ait passé du temps en hôpital psychiatrique et ait suivi une cure de désintoxication, cette jeune étudiante de 20 ans avait du mal à socialiser. Elle était méfiante et ne communiquait pas avec le psychologue que sa famille avait tenté de lui faire rencontrer. Elle n'avait d'appétit ni pour la nourriture ni pour la vie. Elle déprimait et ses parents étaient inquiets à juste titre.

Lors de sa première visite au Ranch, Liz paraissait incroyablement frêle et vulnérable lorsqu'elle sortit de la voiture et se dirigea tranquillement vers les chevaux. Après lui avoir posé quelques questions, je constatai qu'elle ne pouvait ou ne voulait pas parler, et elle était gênée par l'agitation environnante. Toutefois, lorsque je lui proposai de retrouver ses forces en montant Noche, ses yeux se mirent à briller. Pendant les quinze premières minutes, je suivis la procédure thérapeutique habituelle pour des personnes souffrant d'une longue maladie ou d'un handicap physique : pratiquer une série d'exercices respiratoires, d'étirements et l'équilibre en selle, en attirant son attention sur les zones de tensions et de malaise tout en suggérant de dépasser ses blocages. J'étais surprise de voir à quelle vitesse elle reprenait vie. À la fin de la première séance, Liz montait à cru et faisait tourner Noche au petit galop dans le manège avec une assurance que j'avais rarement vue chez mes élèves les plus avancés.

Au cours des deux mois suivants, Liz se révéla être une cavalière habile et intrépide qui s'épanouissait au contact des chevaux. Malgré sa réticence à partager avec moi ses expériences, elle saisit rapidement la nécessité de la cohérence émotionnelle en présence de ces animaux. Elle était donc très motivée à apprendre les techniques pour aborder ses ressentis, trouver les messages présents derrière eux et transformer une pensée ou une habitude en réponse à cela. Aussi longtemps que les séances restaient centrées sur les chevaux, elle était prête à aborder ses problèmes personnels s'ils étaient liés à ses capacités à monter ou dresser un cheval. Par exemple, lorsqu'elle eut des problèmes pour diriger Rasa à la longe, Liz me parla un peu de ses problèmes d'affirmation de soi auprès de ses amis et des autres membres de sa famille. Lorsque la jeune Comet refusa de plier la jambe pour que Liz lui cure les sabots, nous avons parlé de la différence qui existe entre contraindre la poulie et fragmenter la demande en étapes intermédiaires qu'elle pouvait comprendre, la mettant ainsi à l'aise avec ce qui était demandé plutôt que de la pousser vers le résultat attendu. Liz admit qu'elle avait souvent été forcée à accomplir certaines tâches avant d'être prête, mais elle refusa d'en dire davantage. Cependant, et plus rapidement que je ne le prévoyais, la dimension non verbale de nos séances avec les chevaux aida Liz à retrouver la concentration, la volonté, l'estime de soi et la résistance physique qu'elle avait perdues au cours de sa période de dépendance à la drogue.

Après trois mois de travail au Ranch, je décidai de permettre à Liz de m'aider à rééduquer une petite jument baie alors incapable de contrôler sa peur dans des situations nouvelles. À la moindre provocation, Calliope pouvait



tourner sur elle-même, décocher des ruades et s'enfuir au galop, laissant quelquefois sa propriétaire dans la poussière. Une fois sellée, la jument adoptait la posture tête haute et dos creux, posture associée à la lutte ou à la fuite.

La rééducation de Calliope impliquait de lui apprendre à baisser la tête et à arrondir le dos, une tâche difficile à accomplir pour un cheval si nerveux et si imprévisible qu'il rendait nerveuse une cavalière aussi assurée que Liz. « Ce qui compte avec Calliope, ai-je alors souligné, c'est de s'assurer que le cheval et le cavalier se sentent en sécurité avant de passer à l'étape suivante. » Liz voyait que je m'abstenais de monter en selle avant que la jument soit calmée, ce que j'encourageais en partie en respirant profondément et en visualisant le résultat final. Dès que j'étais en selle, j'ai commencé à masser la zone du garrot qu'elle bloquait et à faire quelques séquences de T-touches pour l'aider à relâcher des chaînes de tensions et des mémoires cellulaires dans cette région jusqu'à ce qu'elle laisse tomber sa tête et pousse un gros soupir. Je lui demandai de se mettre au pas. La jument leva la tête une fois de plus et commença à montrer des signes d'énervement. Je respirai profondément en créant un sentiment d'acceptation qui était transmis à la jument à un niveau socio-sensuel. Cinq minutes après, Calliope commençait à baisser la tête alors qu'elle allait l'amble dans le manège.

— Est-ce qu'il t'est déjà arrivé d'entrer dans une pièce où se trouvait une personne énervée et de t'être sentie soudainement énervée toi aussi ? demandais-je à Liz alors que j'étais en selle. Mon élève hochait la tête.

— C'est un aspect de ce qu'on appelle la conscience sociosensuelle, la capacité d'être touché par l'humeur d'une autre personne, au niveau physique autant qu'au niveau émotionnel, et vice-versa. Bien souvent, nous ne sommes pas conscients à quel point la respiration, la tension sanguine ou la tension musculaire d'une personne nous affectent.

En fait, la personne n'a pas besoin de nous toucher ni même de nous parler pour transmettre le sens général d'un ressenti. Soudain, nous nous sentons agités et nous commençons à réagir à l'émotion sans comprendre qu'elle appartient à la personne qui se trouve à un mètre. Nous gardons cette anxiété avec nous lorsque nous quittons la pièce, parfois même en dénichant au passage un problème familial non résolu associé à cette émotion. Et lorsque nous rentrons chez nous, nous sommes prêts à contaminer les autres.

Les chevaux possèdent un niveau élevé de conscience socio-sensuelle pour une bonne raison. Si une jument prend peur soudainement, cette peur se transmet au reste de la harde, provoquant la fuite de tous ses membres avant même qu'ils aient le temps de voir où était le danger. Cependant, si une personne peut te contaminer avec ses humeurs négatives, tu peux aussi la contaminer avec une humeur positive. Tu dois être suffisamment consciente pour comprendre ce qui se passe pour toi comme pour l'autre personne, à un niveau non verbal. Prenons Calliope, par exemple, elle m'a rendue nerveuse pour cet exercice de monte si simple parce qu'elle était nerveuse. Plutôt que de me laisser aller à ce ressenti, je l'ai reconnu, j'ai reconnu qu'il s'agissait de son problème et non du mien, et j'ai fait en sorte d'éviter cette dynamique en adoptant des postures et des rythmes respiratoires associés à des états de calme et de méditation, tout en l'encourageant à faire de même. Comme tu l'as vu, il n'a pas fallu longtemps pour qu'elle y réponde. Que penses-tu qu'il serait arrivé si j'avais été affectée inconsciemment par sa peur tout en adoptant une attitude ferme et sans compromis ? Que se serait-il passé si j'avais tendu mes épaules et commencé à prendre des respirations courtes et rapides, sans même noter que je me contractais ?

— Elle se serait sans doute enfuie avec toi, répondit Liz.

— Que se serait-il passé si j'avais tiré sur les rênes pour l'arrêter, ou si j'étais tombée et que je l'avais ensuite frappée en la traitant de tous les noms ? demandais-je

— Finalement, cela lui aurait donné raison d'avoir eu peur de toi.

— Oui mais cela aurait été quand même de sa faute, n'est-ce pas ? Dans cet état, elle est incontrôlable et peut même mettre en danger sa cavalière.

— Oui, mais tu es censée la calmer et non pas l'inverse, ajouta Liz d'un ton plus passionné qu'à l'ordinaire. Tu es aussi payée parce que tu es censée savoir comment l'aider.

— Exactement, dis-je alors que j'amenais progressivement la jument, étape par étape, à s'arrêter puis à repartir, alternant T-touches et massage à chaque arrêt. Lorsque Calliope fut assez détendue pour se mettre au pas sans essayer de faire des mouvements brusques avec sa tête, nous avons travaillé de la même manière, par étape, pour arriver au trot. Une semaine plus tard, Liz montait en selle et apprenait à moduler son propre niveau d'excitation pour que Calliope se sente à l'aise. Elle commençait aussi à capter la nervosité de la jument à un niveau socio-sensuel et à la différencier de ses propres ressentis. Cela permettait à Liz de se remettre au pas juste avant que Calliope n'essaye de faire des ruades ou de s'enfuir, évitant ainsi de mettre en danger la cavalière autant que la jument. En créant un environnement pédagogique sécurisant, attentionné et exempt de stress pour la jument, mon élève avait les larmes aux yeux. À la fin de sa séance de monte, elle partagea finalement la série d'événements qui la conduisit à perdre confiance dans les personnes qui étaient censées l'aider alors qu'elle semblait dans une panique aveugle.

En tant qu'étudiante en première année à l'université de West Coast, m'avoua Liz, elle était partagée entre son désir d'étudier l'art et l'insistance de son père pour suivre une filière plus classique, comme la comptabilité ou l'informatique. Le compromis demandait qu'elle suive quelques cours en art, avec le prétexte d'accomplir le cursus obligatoire en sciences humaines, tout en s'inscrivant dans une école de commerce pour faire plaisir à ses parents. Alors que le temps n'existait plus lorsqu'elle travaillait à ses peintures et sculptures, elle ne parvenait pas à se concentrer sur les autres matières. Liz passa de justesse l'examen du premier semestre à l'école de commerce et son père la menaça d'interrompre ses études si elle ne faisait pas de progrès réels.

Durant le second semestre, elle était si découragée et si déprimée qu'elle prit cinq kilos et elle avait beaucoup de mal à sortir de son lit chaque matin. Finalement, sa camarade de chambre lui proposa de prendre quelques cristaux de meth, une forme illégale de méthamphétamine, censés lui procurer de l'énergie pour travailler, augmenter sa concentration, améliorer son humeur et l'aider à perdre du poids.

Au cours des premières semaines, ses résultats s'améliorèrent. Elle perdit dix kilos et découvrit qu'elle pouvait étudier pendant des heures, des jours entiers même, sans aucune sensation de fatigue ou de faim. Toutefois, le prix à payer était la terrible descente qui s'effectuait lorsque la drogue n'était plus active, créant alors une dépression plus intense et plus longue que celle produite par la cocaïne. Liz souffrait d'insomnies, d'agitation et du besoin irrésistible de cette drogue, la poussant à en consommer toujours davantage. Quelques nuits après ses examens, elle eut une crise psychotique qui la conduisit à une série de rencontres cauchemardesques avec le personnel soignant qui la traumatisait autant, sinon plus, que la drogue elle-même.

« Je ne pensais pas que les cristaux de meth puissent être aussi destructeurs, avoua-t-elle. Je croyais que c'était une forme d'amphétamine, et je me sentais mieux au début. J'avais l'impression de pouvoir tout faire. Pourtant, après un certain temps, j'ai commencé à avoir des hallucinations, pas directement à cause de la drogue mais parce que celle-ci interrompait les mouvements oculaires rapides des yeux pendant le sommeil. Vous ne pouvez plus gérer votre vécu par les rêves alors vous perdez contact avec la réalité lorsque vous êtes éveillée, et vos réactions face à de petits événements deviennent disproportionnées. Un soir, je me suis disputée avec ma camarade de chambre. Je sentais une animosité envahissante venant d'elle et j'ai commencé à imaginer qu'elle appartenait à une conspiration de personnes désirant me faire du mal. Le surveillant de la résidence est venu nous demander de nous calmer et je suis devenue encore plus hystérique. J'ai commencé à jeter par terre des livres et de la vaisselle, et à crier au meurtre. Très rapidement la police a été appelée et cela a confirmé mes peurs les plus fortes. Ils m'ont maîtrisée, mis les menottes et fait sortir de la résidence. J'étais persuadée qu'ils allaient me tuer et jeter mon corps quelque part dans les bois. »

Liz fut emmenée à l'hôpital. « Tout le monde me criait dessus, me secouait et me menaçait de m'attacher, se rappelait-elle. Je ne pouvais croire qu'ils pensaient que tout cela était censé me calmer. Lorsque je repense à toute cette expérience, je vois de nombreux moments où quelques mots ou gestes bienveillants venant d'une personne calme auraient pu transformer complètement la situation. Si quelqu'un avait pu me traiter comme nous traitons Calliope, les choses auraient été complètement différentes. » Toutes les personnes qui étaient entrées en contact avec Liz, les policiers, les médecins et le personnel soignant, n'avaient fait qu'empirer la situation. « Je comprends maintenant qu'ils étaient probablement mal à l'aise, expliqua-t-elle, mais tout ce qu'ils réussissaient à faire, c'était de me convaincre de lutter pour rester en vie. »

Lorsque Liz se réveilla après une injection sédatrice, elle était attachée sur un lit d'hôpital dans une chambre austère qui ne laissait rien présager de bon. Une nouvelle fois, elle paniqua, et à nouveau une surveillante arriva en la menaçant d'une injection supplémentaire si elle ne se calmait pas. Par la suite, les membres de l'équipe médicale l'interrogèrent sur sa consommation de drogue en alternant froideur et dégoût selon ce qu'elle révélait. Avant même d'avoir rencontré le psychiatre de l'hôpital, Liz était déjà complètement démoralisée. Sa tentative malencontreuse pour réussir ses études l'avait conduite dans un centre psychiatrique où elle était traitée comme une criminelle psychotique. Après avoir traversé les crises de sevrage particulièrement douloureuses, Liz fit en sorte de satisfaire suffisamment ses thérapeutes pour qu'ils la libèrent. De retour au foyer relativement sécurisant de ses parents, elle ne voulut plus rien avoir affaire avec le monde extérieur.

L'histoire de Liz m'a aidée à comprendre les dangers de la répression émotionnelle, un état d'insensibilité culturellement induit et partagé par tous ceux qui avaient essayé d'aider Liz. Le mental occidental est conditionné à obtenir une obéissance inconditionnelle du corps et des émotions, mais cette perspective empêche les gens d'apprendre à transformer un ressenti dans sa forme subtile, plus maîtrisable. Une fois que la pression de la colère a atteint une masse critique et devient de la rage, par exemple, le cerveau émotionnel contourne le néocortex, qui n'a plus qu'à s'occuper des dégâts produits sur soi-même, sur sa famille ou sur ses biens, une fois l'orage passé. Imaginer que les gens puissent contrôler les émotions fortes simplement en voulant les réprimer est aussi stupide que d'essayer de contrôler un cheval indiscipliné. Au cours d'une crise, un cheval qui n'a pas appris à faire confiance et à communiquer avec son cavalier fait un écart soudain et part au galop, laissant, dans la poussière, le pauvre cavalier prendre conscience du peu de pouvoir qu'il possède. Vous pourriez penser qu'après avoir échappé de justesse à quelques déferlantes émotionnelles, les gens cherchent une approche différente, une approche qui impliquerait un rapport avec la nature plutôt que contre elle. Cependant, nombre d'entre eux choisissent l'alternative apparemment plus confortable qui consiste à prendre des médicaments pour rendre les émotions dociles. Malgré tout ce que peuvent diffuser les médias en ce qui concerne les problèmes liés aux dépendances, les

personnes qui n'ont pas appris à gérer leurs émotions, ou seulement même à les écouter, ont autant de mal à « dire simplement non » aux drogues qu'elles ont du mal à contrôler leurs émotions, en particulier les hommes et les femmes qui sont confrontés à des traumatismes ou des maltraitements non-résolus. Pour une personne anxieuse ou dans la confusion, il est plus facile d'avalier un whisky ou un cachet de Valium que d'essayer d'atteindre directement la racine du problème. Si une personne est fatiguée, elle aura tendance à boire plusieurs tasses de café ; si elle est vraiment déprimée et incapable de faire quoi que ce soit, elle essayera un stimulant plus puissant.

L'automédication semblait être une alternative intéressante pour Liz qui avait grandi dans une famille d'alcooliques où personne ne dévoilait ses ressentis et où il ne fallait surtout pas reconnaître son besoin d'aide pour s'en sortir. Le père de Liz, militaire en retraite, dirigeait la famille avec une poigne de fer, et il attendait de sa fille qu'elle lui obéisse. Il voulait diriger sa fille vers une carrière qui ne l'intéressait pas plutôt que de l'aider à trouver une application pratique à sa formation artistique. Ayant appris à réprimer ses véritables sentiments et à suivre les conseils de tous ces adultes « qui savaient ce qui était idéal pour elle », Liz ne savait pas comment recevoir des informations à partir de ses émotions, affirmer sa volonté et décider pour elle-même. Lorsque son corps tout entier s'est révolté contre les études de commerce en la plongeant dans un état de profonde dépression, elle s'est forcée à respecter les souhaits de son père grâce à des moyens chimiques, un choix qui finalement mettait sa santé mentale et sa vie en jeu.

Dans son cours audio, Comment devenir une personne empathique, Karla McLaren décrit la dépression comme « le signal d'arrêt de l'âme. » Cette psychologue spécialiste de l'empathie explique clairement que la « stagnation simple », et cependant débilite, fait suite à une période au cours de laquelle une personne refuse d'écouter les messages présents derrière la tristesse, la peur, la colère ou le chagrin. « Dans un monde où nous avons appris à ignorer nos émotions, nos rêves et nos vraies passions, où nous nous engageons aveuglément dans de mauvaises relations ou des emplois insatisfaisants, la dépression est notre frein de secours », explique McLaren. La dépression prend le dessus lorsque « ce que nous faisons, ou la direction que nous prenons, ne correspond pas à nos désirs intérieurs. »

L'esprit dominant la matière, il n'a aucun effet si les émotions refusent de coopérer. Comme Candace Pert l'a observé, les émotions constituent le lien qui unit l'esprit et le corps en véhiculant les informations provenant des sens, les soucis irrationnels mais toutefois légitimes et les désirs authentiques jusqu'à la conscience. Lorsque la circulation est renforcée, une personne attentive peut utiliser sa concentration et sa détermination pour influencer les fonctions corporelles comme la tension sanguine et même les réactions immunitaires, mais uniquement si les émotions réprimées ne créent pas une sorte de blocage neurologique ou de détournement du cortex frontal. Il ne suffit pas qu'une femme ait des pensées agréables concernant une nouvelle relation amoureuse lorsque son amygdale cérébelleuse compare les désagréments mineurs de cette nouvelle relation avec les mauvais traitements reçus durant son premier mariage. Elle doit construire une stratégie de défense pour gérer la peur et la colère, en étant, d'une part, honnête avec le nouvel homme présent dans sa vie et en obtenant son aide et, d'autre part, en recevant l'aide professionnelle dont elle a besoin pour travailler sur ses traumatismes non résolus.

Dans leur forme la plus pure, la peur, la colère, la tristesse et la passion sont des vecteurs d'information de la psyché permettant de suggérer à l'individu les moments pour aller de l'avant, reculer, faire confiance à un contrat, pardonner à un ami et remettre en question une relation. Les émotions réprimées ne disparaissent pas ; elles se putréfient en pensées toxiques et en habitudes, se transformant finalement en un système mutant qui décharge la pression vers des voies moins conscientes, en ébranlant la santé, le bonheur et bien souvent aussi l'équilibre de quelques spectateurs innocents. Selon McLaren, la colère, qui parfois s'intensifie en rage voire en furie, peut aussi se dissimuler en ennui. Une personne qui a peur de faire valoir ses droits, de placer ses limites et de demander le respect auquel elle a droit dans sa famille fait souvent face à la colère par de l'apathie. De cette manière, elle peut être renfrognée et sarcastique sans élever la voix, mais à long terme, le prix à payer sur le plan émotionnel, pour un grand nombre de personnes et en particulier pour les enfants, peut être aussi dévastateur qu'une rage violente. Il n'y a aucune ecchymose qui puisse alerter l'instituteur, le médecin ou un membre de la famille pour dire qu'un enfant souffre de l'expression indirecte d'une colère non résolue de son père.

Des thérapeutes et des chercheurs comme McLaren ou Daniel Goleman, auteur du livre, L'Intelligence émotionnelle, offrent un défi à l'importance accordée à l'esprit rationnel pendant des siècles dans notre culture. « La connexion entre l'amygdale cérébelleuse, avec les structures limbiques qui lui sont liées, et le néocortex constitue le pivot des traités, de guerre ou de coopération, passés entre la tête et le cœur, la pensée et le sentiment, écrit Goleman. Ces circuits expliquent pourquoi l'émotion est si essentielle à la pensée efficace, à la fois pour prendre la bonne décision et aussi tout simplement pour nous permettre de penser clairement. » Alors qu'une émotion forte peut éviter le néocortex, l'absence d'émotion peut aussi entraver une pensée plus élevée. Le Dr Antonio Damasio, neurologue et professeur d'université, a étudié des patients souffrant d'une altération au niveau du circuit préfrontal cortex-amygdale. Bien que ces personnes ne montrent aucune atteinte au niveau de leur Q.I. ou de leurs capacités cognitives, « elles font des choix désastreux tant dans leur vie professionnelle que dans leur vie privée, explique Goleman, et elles peuvent devenir complètement obsédées par une décision aussi simple qu'une prise de rendez-vous. Le Dr Damasio soutient que leurs décisions sont catastrophiques parce que ces personnes n'ont plus accès à leur apprentissage émotionnel... De telles évidences ont conduit le Dr Damasio à une position qui n'a rien d'intuitif : les ressentis sont habituellement indispensables aux décisions rationnelles ; ils nous orientent dans la bonne direction, là où la logique pure pourra être utilisée au mieux... Normalement, la complémentarité du système

limbique et du néocortex, de l'amygdale et des lobes frontaux, montre que chacun d'eux est indispensable à la vie mentale. Lorsque ces partenaires interagissent convenablement, l'intelligence émotionnelle s'accroît, tout comme les capacités intellectuelles. Ceci chamboule la vieille bataille qui existait entre la raison et le sentiment : il ne s'agit pas de se débarrasser de l'émotion pour la remplacer par la raison, comme le faisait Erasme, mais plutôt de trouver un équilibre intelligent entre les deux. L'ancien paradigme tenait à un idéal de raison libre de toute influence de l'émotion. Le nouveau paradigme nous invite à harmoniser la tête et le cœur. Bien accomplir cela dans notre vie implique que nous devons d'abord comprendre plus précisément ce que signifie le fait d'utiliser l'émotion avec intelligence. »

Dans ce but, Goleman cite une définition de l'intelligence émotionnelle développée par Peter Salovey, psychologue à l'Université de Yale, qui divise les capacités de base en cinq domaines. S'il existe un domaine où les chevaux excellent en tant que thérapeutes, il s'agit bien du renforcement et de l'accroissement de la conscience de l'intelligence émotionnelle dans tous les niveaux détaillés ci-après.

#### LA CONNAISSANCE DE SES PROPRES ÉMOTIONS

Goleman décrit cette connaissance comme étant la clé de l'intelligence émotionnelle. Il souligne que l'incapacité à prendre en compte nos véritables ressentis nous laisse à leur merci. Les personnes qui sont sûres d'elles en ce qui concerne leurs ressentis conduisent mieux leur vie. Dans mon travail auprès des personnes ayant eu un choc traumatique, qu'elles soient chefs d'entreprise, adolescents en difficulté, parents, ou même psychologues expérimentés, je peux dire que c'est cette méconnaissance qui a été le plus grand obstacle à accéder à une vie professionnelle et personnelle équilibrée. La mentalité post-conquête qui réprime les émotions authentiques en faveur de pensées et de comportements encouragés socialement fait disparaître la conscience de soi émotionnelle. Ceux qui parviennent à conserver cette capacité malgré le conditionnement culturel sont à l'avant-garde, mais des chercheurs comme Salovey, Goleman, McLaren ou Howard Gardner, psychologue à Harvard, travaillent à changer le système. En fait, Gardner a mis au point un programme scolaire destiné à améliorer l'intelligence émotionnelle et à élargir la définition de l'intelligence en général dans le monde de l'éducation. « Le temps est venu, a-t-il confié à Goleman, d'élargir notre conception de l'éventail des talents. La contribution majeure que l'éducation puisse apporter au développement de l'enfant consiste à l'aider à s'orienter vers un domaine où ses talents s'exprimeront au mieux pour lui, où il sera satisfait et compétent. Nous avons complètement perdu cela de vue. » Comme Liz l'illustre, les conséquences de cet oubli grossier peuvent être graves. La dépression, la dépendance aux drogues et le traumatisme psychique résultent du fait qu'elle n'avait reçu aucun soutien de la part de sa famille pour vivre ses ressentis et développer ses talents. Pour cette raison, les programmes de prévention des drogues doivent tenir compte de l'intelligence émotionnelle, pas seulement à l'école mais dans la société en général. Les adolescents ne peuvent pas « dire simplement non » à la cocaïne, à la marijuana, à l'ecstasy ou aux cristaux de meth s'ils essaient de contrôler leurs émotions avec ces substances, et si, en plus, leurs parents et professeurs ne désirent pas reconnaître ces émotions et encore moins les aider dans leur évolution.

#### LA GESTION DE SES ÉMOTIONS

Il est impossible pour toute personne, quel que soit son âge, de s'occuper convenablement de ses ressentis si elle ne sait pas ce qu'elle ressent. La psychothérapie facilitée par les chevaux travaille sur ces deux problèmes. L'histoire de Joy donne une illustration impressionnante de la manière dont les chevaux réagissent et font resurgir des émotions voilées dont même les thérapeutes les plus expérimentés n'ont pas conscience. Ces animaux font des ajustements instantanés aux changements – positifs ou négatifs – qui surviennent dans le comportement et le degré de stimulation du cavalier, offrant ainsi à ces personnes des récompenses et des conséquences bénéfiques, non seulement concernant leurs actions mais aussi leur capacité à s'ouvrir à leurs véritables ressentis et à s'y ajuster. Les gens ont l'habitude de juger les autres personnes comme bonnes ou mauvaises sur la base de quelques expériences isolées, d'après leurs propres préjugés ou projections et les opinions de leurs proches. Une fois que cette impression est établie, le mental humain devient de plus en plus aveugle à ce qui survient au moment présent. Ceci explique comment une femme ayant les yeux au beurre noir et une côte cassée insiste pour affirmer que son mari l'aime vraiment alors qu'elle ne cesse d'essuyer ses explosions de colère, ou bien une jeune personne dépendante de la drogue ignore l'évidence de sa propre sensibilité et de son intelligence pour soutenir les croyances de ses parents qui affirment qu'elle est la brebis galeuse de la famille. Lorsqu'une telle personne transforme et améliore son comportement, elle rencontre les résistances de son conjoint, de ses parents et de ses amis qui trouvent inconfortable de changer les croyances bien définies qu'ils lui portent et de dépasser les manières obsolètes de communiquer avec elle. Cependant, lorsque cette même femme effectue un changement positif en présence d'un cheval, immédiatement celui-ci y répond de manière positive, tout en continuant à lui rappeler ses moments de dissociation, de colère inappropriée, d'état émotionnel incohérent, parmi une variété de stratégies complexes de défense émotionnelle. C'est ainsi que la thérapie assistée par des chevaux utilise une sorte de bio-feedback pour pratiquer la conscience de soi, la gestion de ses émotions et les outils relationnels que des jeux de rôles ou des discussions en groupe ne permettent pas vraiment d'explorer.

#### LA MOTIVATION PERSONNELLE

« Rassembler ses émotions vers un but est essentiel pour l'attention, la motivation personnelle, la maîtrise et la créativité, fait observer Goleman. Le contrôle émotionnel, écartant le besoin de gratification et retenant l'impulsivité

est à la base de la réussite, quelle qu'elle soit. » Lorsque Joy apprenait à mener Rasa à la longe par la volonté et la concentration, elle exerçait ces capacités pour agir à distance sur une créature de cinq cents kilos. Elle devait dépasser sa peur et son sentiment d'incapacité. Elle devait faire appel au sentiment d'assurance pour gagner le respect et la coopération de la jument. Elle devait moduler l'énergie qu'elle projetait pour garder Rasa au trot et la diminuer lorsque son enthousiasme la mettait par mégarde au petit galop. Dans cette écurie, Joy a compris combien il était difficile d'analyser toutes les informations que ses sens recevaient tout en se concentrant sur la tâche à effectuer, ne serait-ce que pour faire accomplir une figure de huit au trot. Garder Noche à une vitesse stable demande un niveau sophistiqué de conscience socio-sensuelle, d'assurance et de contrôle de soi. Lorsque Noche accélérât, Joy devait tirer sur les rênes juste assez pour le faire ralentir sans lui donner le signal d'arrêt. Chaque fois qu'il essayait de se mettre au pas, elle devait sentir son intention et lui donner un petit coup de talon pour qu'il continue son allure sans pour autant le pousser au petit galop par inadvertance. Comme si cela ne suffisait pas, elle devait aussi garder à l'esprit où elle allait. À la seconde où elle perdait la concentration sur son but, Noche prenait le dessus et trotait vers la porte de sortie. En maîtrisant cet ensemble complexe de compétences, Joy s'occupait des ressentis de frustration, de confusion, de peur et même de colère alors qu'elle découvrait qu'il était vraiment possible de garder son esprit réactif aux plus petits changements dans le corps de Noche – ou dans le sien, tout en visualisant le résultat désiré et en exerçant sa volonté pour amener Noche vers cet objectif à chaque pas.

## RECONNAÎTRE LES ÉMOTIONS CHEZ LES AUTRES

Goleman définit l'empathie comme « le savoir-faire populaire fondamental ». Cependant, la capacité à discriminer les sentiments et les intentions d'une autre personne est souvent biaisée par une dépendance excessive au verbal. Wolverton, qui était maître dans les tactiques de « miroir aux alouettes » de l'idéalisme logique, pouvait hypnotiser ses employés en évoquant avec malice ses compétences équestres et ses visions humanistes tout en sabotant les personnes de manière non-verbale. Lorsque je me centrais sur son niveau émotionnel non exprimé et sur son langage corporel, je pouvais esquiver ses tentatives à faire ressortir la frustration et l'insécurité chez moi en m'appuyant sur la sensibilité non verbale que je développais en travaillant avec les chevaux. Bien que j'aie appris, depuis lors, à enseigner ces compétences aux autres, j'ai utilisé les chevaux pour aider les psychologues à mieux comprendre leurs clients lorsque ceux-ci ne s'exprimaient pas assez pour suggérer quels pouvaient être leurs problèmes. Janice, une étudiante dont les parents se souciaient de son manque de communication et de motivation, avait été adressée à Clarissa, une thérapeute qui avait beaucoup de difficultés à aider cette jeune fille à sortir de sa coquille. Cependant, lorsque Clarissa amena Janice au Ranch, nous avons été surprises de voir que cette jeune femme possédait un certain leadership plein de grâce et de sensibilité lorsqu'elle menait Noche à la longe, et ceci avec une habileté supérieure à celle de mes élèves les plus expérimentés. Le problème n'était pas le manque d'assurance et de motivation en lui-même, mais il était davantage lié à sa position de cadette derrière trois garçons. Janice avait l'habitude de laisser les autres agir à sa place. Tout ce qu'elle avait à faire, c'était d'attendre suffisamment longtemps que sa mère ou ses frères s'impatientent et prennent les choses en main. La famille de Janice n'était pas vraiment consciente de ce dynamisme et il aurait peut-être fallu des mois à la psychologue pour sentir où se situait le problème même si Janice avait été capable de parler de ses ressentis. Le moment décisif fut lorsque Clarisse put voir de quelle manière Janice réagissait aux nombreuses activités au cours desquelles le cheval pouvait refléter son état émotionnel inconscient ainsi que ses talents encore inexploités. Utiliser un cheval en tant que maître empathique permet d'effectuer un raccourci vers les problèmes cachés et les ressentis trop subtils, même pour une psychologue aussi accomplie que Clarissa.

## MAÎTRISER L'ART DES RELATIONS

« L'art des relations, écrit Goleman, se résume à gérer les émotions chez les autres. » Cette capacité à lire les signes relationnels subtils et à rassurer les autres en période de crise peut être cruciale pour réussir dans les affaires ou dans la vie familiale, en particulier pour les personnes qui exercent une profession de santé. Dans son programme audio, Le Génie émotionnel, Karla McLaren caractérise une personne douée de telles capacités comme quelqu'un qui demeure courtois et plein de compassion sous la pression, qui accueille les épreuves imprévisibles de la vie avec ouverture et vaillance, qui comprend que toutes les émotions, même les plus noires, ont le pouvoir de protéger et d'informer, et dont la seule présence apaisante peut transformer les humeurs volages des personnes environnantes. Ce sont ces mêmes capacités que les chevaux enseignent, avec célérité et agilité, au cours des programmes Epona. Une de mes élèves, cadre supérieur, est venue participer à l'un de nos ateliers réservés aux femmes bien qu'elle n'ait eu aucune expérience avec les chevaux auparavant. Après deux séances, elle a pu transférer les techniques qu'elle avait apprises pour calmer les chevaux indisciplinés ou terrorisés à ses réunions d'affaires délicates. Après avoir défini les limites convenables et contrôlé le niveau d'excitation du cheval, elle est parvenue à traiter de manière constructive avec un programmeur en informatique dont le QI était supérieur à la moyenne, mais qui avait malgré tout des relations humaines déplorables.

« Certaines personnes avec lesquelles je travaille peuvent être assez agressives et immatures émotionnellement, explique-t-elle. Au lieu d'engager une lutte, j'utilise ces techniques d'enracinement pour me recentrer dans un espace où je ressens la force et le calme. Je suis surprise de voir à quel point cela m'aide, et je suis encore plus surprise de voir combien le calme peut être contagieux. »

En tant qu'animal social, le cheval comprend la complexité de créer et d'entretenir des relations. Il répond aux mêmes signaux non verbaux de dominance, de soumission et de coopération que ceux utilisés chez les humains.



Par une série d'activités équestres adaptées, les participants aux programmes Epona augmentent leurs facultés à établir des limites souples et à diriger ces animaux puissants grâce à la concentration mentale, à la cohérence émotionnelle, à la visualisation créatrice et à la clarté des intentions. Les élèves explorent des techniques d'assertivité et des modèles de relations basées sur la coopération qui illustrent les manières de tenir les rênes dans chaque situation sans tomber dans les pièges de la domination, de l'aliénation, de l'intimidation ou de la victimisation. Ils expérimentent le processus de création d'un contact vivant et émotionnellement présent qui favorise un sentiment de coopération aisée guidé par des signaux extrêmement subtils. Lorsque ce contact s'affaiblit ou se rompt, les élèves prennent alors conscience de toutes les ressources dont ils ont besoin pour contraindre, retenir et obtenir à peu près les mêmes résultats, mais au prix de beaucoup plus d'efforts et de risques.

Toutes ces compétences sont particulièrement utiles pour tous ceux qui travaillent avec des personnes victimes de traumatismes, que ceux-ci soient dus à une violence familiale, une catastrophe naturelle ou, comme pour Liz, un épisode de panique induit par de la drogue. Les professionnels des cellules de crise, quel que soit leur poste, ont besoin de savoir comment calmer les autres tout en gardant leurs propres limites. S'ils peuvent rester cohérents jusqu'au bout et faire rayonner un sentiment de confiance mêlé d'équanimité et de compassion, les assistantes sociales, le personnel soignant et les psychologues peuvent éviter un dérapage de la crise et traiter les personnes exposées à ces expériences extrêmes avec plus d'efficacité et moins de moyens. Bien entendu, tout ceci est plus facile à dire qu'à faire. Le champ de la médecine occidentale est dans l'incohérence. On demande aux internes de supporter un stress intense sans rien laisser paraître. Ceux qui sont davantage portés à exprimer leurs véritables ressentis sont perçus comme n'étant pas assez dévoués ou incapables de se maîtriser. Dans ce milieu très compétitif, tout signe de faiblesse peut motiver des collègues à venir prendre le dessus. De nombreux membres du personnel soignant souffrent de désordres mineurs de stress post-traumatique alors qu'ils s'occupent jour après jour de victimes de traumatismes ; cependant, ces professionnels pensent qu'ils mettraient leur profession en danger s'ils reconnaissaient leurs émotions chaotiques et demandaient de l'aide. Pour eux, la meilleure stratégie de défense consiste à devenir muet aux émotions fortes présentes chez leurs patients tout en réprimant leurs propres besoins et leurs peurs. Pour que la situation change, le système doit valoriser suffisamment l'intelligence émotionnelle pour l'intégrer à leur formation et leurs manières d'agir. Après tout, si ces professionnels apprennent à administrer des médicaments potentiellement fatales et à intervenir au cours d'opérations à cœur ouvert, ils peuvent assimiler des techniques de réduction du stress et de communication non verbale, ainsi que des techniques de conscience de soi sur le plan émotionnel ; et cela d'autant plus si ces compétences améliorent les rapports avec leurs patients, facilitent le processus de guérison et améliorent la coopération dans le milieu de travail. En attendant, des personnes comme Liz continueront à souffrir des conséquences occasionnées par des policiers, des infirmières, des médecins et le personnel soignant bien intentionné mais surchargé de travail, et pas assez formé, tout comme le font des cow-boys en attrapant au lasso des mustangs terrorisés pour les coucher au sol alors qu'ils savent pertinemment qu'ils risquent de les blesser.



## CHAPITRE IX

### LE GUÉRISSEUR BLESSÉ

Dans la mythologie grecque, Chiron est maître de musique, sage philosophe, oracle puissant et astronome respecté maniant un ensemble de connaissances éclectiques peu communes, surtout pour un homme à quatre jambes. Jason et Achille ont étudié auprès du centaure qui a non seulement renforcé leur corps et aiguisé leur esprit mais les a instruits sur l'art visionnaire de la perception de leur destinée. Pressentant une épreuve future qu'un des élèves aurait à subir, Chiron enseigna à cet aspirant héros comment fabriquer des flèches empoisonnées qui garantissaient sa victoire dans les combats ; c'est ce qui transforma finalement la destinée du centaure. Alors qu'ils s'entraînaient tous deux au tir à l'arc dans la forêt, le jeune homme atteignit accidentellement le genou droit de son maître. Sous le poids de la douleur, Chiron se retira dans une caverne afin de guérir ce qui aurait été une blessure fatale pour le commun des mortels. En essayant différents remèdes, le centaure créa l'art de la guérison et enseigna ces pratiques à Esculape, dieu grec de la médecine.

Dans la plupart des textes mythiques, on ne parle de Chiron que de manière éphémère, pourtant son histoire a été ressuscitée en 1977 lorsque l'astronome Charles T. Kowal découvrit un objet petit mais incroyablement brillant en orbite entre Saturne et Uranus, qu'il baptisa du nom du centaure légendaire. Les journaux s'en donnèrent à cœur joie en annonçant qu'une dixième planète venait d'être découverte avant même que les chercheurs déclarent que Chiron était une planète mineure, la plaçant ainsi dans le même groupe de corps célestes que Cérès, Éros et Hidalgo. Cependant, à la fin des années quatre-vingt, Chiron ne répondait plus vraiment à son appellation première car elle présentait les caractéristiques d'une comète – bien que sa taille soit cinquante mille fois celle d'une comète. Elle devenait ainsi un des rares corps célestes du système solaire à être classifié à la fois comme comète et comme planète mineure. Son orbite s'est révélée plus bizarre que prévue puisqu'elle croise celle de Saturne et d'Uranus, s'approchant plus près de la Terre que Saturne et s'en éloignant davantage qu'Uranus. Par conséquent, les astrologues combinèrent le mythe du centaure avec les caractéristiques peu communes de cette comète-planète pour créer une image symbolique de l'influence de Chiron sur la vie sur Terre. La position de Chiron dans la carte du ciel astrologique d'une personne est censée représenter l'endroit de sa blessure et, paradoxalement, l'endroit qui contient les potentialités de ses plus grands talents.

À travers une série de synchronicités puissantes, Chiron annonce le début de l'ère du guérisseur blessé. En tant que centaure, il symbolise le génie multidisciplinaire qui surgit pour réunifier le corps et l'esprit, l'instinct, l'intuition et la raison. Son approche holistique de l'enseignement et de la guérison prend en compte les aspects physiques, émotionnels, mentaux, spirituels et relationnels de l'individu. Par ce symbole, se combinent la forme humaine et la forme animale, le statut double de comète et de planète mineure, et son orbite inhabituelle souligne sa fonction archétypale de pont entre les états multiples de l'être. Le site web [star1q.com](http://star1q.com) décrit Chiron comme « point de contact entre le monde excentrique, imprévisible, futuriste et inventif d'Uranus – pure énergie – et le monde traditionnel, structuré, prévisible et orienté vers le passé de Saturne – pure forme. Souvent, les personnes « chironiques » se battent pour implanter des idées nouvelles dans les formes existantes et apportent une structure aux idées novatrices. »

L'époque de la découverte de Chiron correspond au développement des médecines alternatives à la fin des années soixante-dix. Cela a saisi l'imagination des chercheurs dans le domaine du corps-esprit et des thérapeutes psychosomatiques, et nombre d'entre eux accueillent le centaure comme une sorte de saint patron. Une recherche rapide sur Internet donne une liste importante de sociétés de service qui utilisent Chiron comme enseigne, désignant ainsi une forme de thérapie qui transmute les difficultés en cadeaux et les traumatismes en source de puissance. À Londres, le Centre Chiron pour les Thérapies Psycho-corporelles enseigne aux thérapeutes comment rester en contact avec leurs propres blessures et leur vulnérabilité afin de connaître et de comprendre la douleur et le potentiel de ceux avec qui ils travaillent. Dans la brochure de cet organisme, il est écrit que l'archétype du guérisseur blessé a aussi une implication dans la dynamique du pouvoir au sein d'une thérapie et offre un complément au stéréotype du thérapeute considéré généralement comme omniscient et tout puissant. L'apparence qui ressort de cette image est le guide sage et le bon parent, mais elle est obscurcie par la potentialité de manipulation, d'exploitation et d'abus. En tant que guérisseur blessé, le thérapeute reste en contact avec sa propre douleur et n'est pas facilement séduit par le fait de se grandir ou par les besoins du client de se convaincre que le thérapeute est venu à bout de ses problèmes, est équilibré ou se situe au-delà de l'affliction et des conflits.

Plus je me documentais sur Chiron, plus j'étais intriguée et plus je comprenais que mes conceptions et mes expériences de la thérapie étaient en accord avec cette image. Le fait que ce soit le genou droit de Chiron qui ait été touché dans certaines versions de l'histoire ne m'échappait pas, car mon cheminement sur la voie de la guérison et de la transformation avait été facilité par la blessure au grasset droit de Rasa – ce qui correspond au genou droit chez l'homme. La claudication qui en résultait pour ce cheval noir fut à l'origine de beaucoup de peine, de souffrance et de confusion au début, mais aussi de réflexions tellement profondes, d'intuitions – de réels cadeaux finalement. Si elle avait dû suivre un programme équestre habituel, Rasa elle-même aurait eu du mal à montrer ses talents dans le domaine de la psychothérapie. Je n'ai pas besoin d'avoir une carte du ciel pour comprendre que ce moment « chironique » de blessure changea le cours de notre destinée commune.

Cependant, au-delà de cette évocation personnelle, l'image du centaure en tant que guérisseur holistique, philosophe et enseignant qui transforme une infortune en guérison coïncidait avec l'engagement thérapeutique du centre Epona. Depuis longtemps, j'avais insisté pour que mes élèves deviennent des centaures alors que nous explorions les aspects du savoir équin pour équilibrer l'aspect post-conquête, prédateur de la nature humaine. J'avais aussi remarqué que d'importants moments de guérison se produisaient lorsque le psychologue reconnaissait ouvertement sa vulnérabilité et que le client commençait à accéder aux cadeaux présents derrière la souffrance.

Karla McLaren déclare que les maltraitances sexuelles de son enfance ont été une blessure qui a donné naissance à sa capacité d'empathie, bien qu'il lui ait fallu des années pour dissocier les effets positifs des effets négatifs de ce traumatisme. Comme Noche, Joy et Charles, McLaren savait ce que ressentaient les personnes de son entourage, derrière leur masque social. Elle pouvait dire à quel moment son agresseur, un voisin, rôdait, et elle pouvait épargner à d'autres enfants d'être la proie de ses charmes. Elle pouvait dire à quel moment ses professeurs étaient sûrs d'eux à propos de ce qu'ils enseignaient, et quelle personne possédait une véritable autorité. Cependant, alors que son système de défense empathique devenait de plus en plus affiné, elle perdit ses limites personnelles. À l'âge adulte, McLaren ne savait absolument pas moduler les informations qu'elle recevait, ni comment elle pouvait se protéger des émotions des autres personnes. Elle trouvait quelques mots pour décrire ses perceptions mais, à chaque fois qu'elle essayait de s'exprimer, les autres l'en dissuadaient. Malgré un sentiment d'isolement qui dura des années, elle découvrit une manière de se guérir. Au cours de ce processus de guérison, elle mit au point une approche élaborée et raffinée pour aider les gens à s'occuper d'émotions complexes et pour s'ouvrir à l'empathie, et même à la clairsentience.

Moshe Feldenkrais (1904-1984), dont le travail a influencé si profondément les découvertes de Linda Tellington-Jones en formation équine, met en application l'archétype de Chiron au point de recevoir des intuitions à partir d'un genou blessé. Une blessure à cette articulation lors d'un match de football le laissa pratiquement estropié. Lorsque le médecin lui enleva tout espoir de guérison, il refusa d'accepter le diagnostic.

Comme le centaure, il se retira pour une période d'isolement complète et de découverte de soi, croyant d'une certaine manière que s'il pouvait recréer la conscience exploratoire des nouveau-nés, il pourrait à nouveau apprendre à marcher. Après être resté dans une immobilité totale, il recommença progressivement à bouger. Au cours de cette période, il explora de multiples possibilités de mouvement, guérissant ainsi son genou et découvrant une manière d'enseigner comment retrouver la capacité d'apprentissage des ressentis corporels. Feldenkrais devint l'un des pères de la psychothérapie corporelle, un domaine qui reconnaît la connexion entre le corps et l'esprit pour faciliter la guérison de troubles physiques ou psychologiques. De nos jours, la méthode Feldenkrais d'intégration fonctionnelle et de conscience par le mouvement est enseignée partout dans le monde.

Cependant, comme pour le phénomène des chuchoteurs, Don Hanlon Johnson, psychosomaticien, découvrit que les personnes qui enseignent la méthode Feldenkrais, comme les autres non-conformistes, ont tendance à mettre l'accent sur la méthode aux dépens de la signification cachée derrière elle. « Les praticiens apprennent à imiter les mouvements créés par le fondateur sans être incités à explorer la conversion radicale qu'il avait effectuée, soulignait-il. Les clients sont encouragés à apprendre la technique mais pas à retrouver leur propre autorité, basée sur leurs ressentis... Cependant, avant que ces novateurs soient reconnus comme des experts pour leur méthode, ils connaissent tous une conversion similaire, de l'aliénation à l'authenticité. Durant cette période, ils apprennent les leçons essentielles sur la manière dont nous devrions tous nous reconnecter à notre sagesse corporelle. »

La tendance à imiter les novateurs tout en essayant d'éviter les transformations personnelles nécessaires, et parfois pénibles, se révéla être un problème aussi répandu en psychothérapie que dans le monde de l'entraînement équestre. De nombreux psychologues ou conseillers ont peur de reconnaître leur propre vulnérabilité. Une partie importante du programme de formation du centre Epona destiné au personnel de santé inclut d'enseigner à ces professionnels comment créer des limites personnelles nécessaires pour leur éviter de se laisser prendre tout en restant assez ouverts pour établir un pont émotionnel avec le client, en utilisant parfois leurs propres blessures pour obtenir des impressions sur les besoins et les dilemmes du patient.

Lors d'une rencontre déterminante avec Noche, un praticien spécialiste des problèmes de maltraitance et de dépendance aux drogues découvrit de quelle manière ce processus peut conduire à un moment essentiel dans la compréhension, pour le client comme pour le thérapeute. Lors d'un atelier de présentation destiné aux praticiens de santé, coanimé par Kathleen Barry et moi-même, Joaquin se porta volontaire pour entrer dans l'enclos en présence du cheval bai. À ce moment-là, tous les participants savaient déjà que Noche avait subi de mauvais traitements dans le passé et ils avaient tout de suite remarqué sa tendance à se dissocier en présence d'une nouvelle personne. Comme on s'y attendait, il se tenait dans la partie la plus reculée du manège, tournant le dos à l'audience et tenant à peine compte de la présence de Joaquin. Cet homme s'approcha doucement du cheval et rapporta qu'il pouvait voir que Noche ne voulait pas créer un contact mais désirait garder son espace.

« Je pouvais dire que Joaquin ne savait pas vraiment comment éliminer cette barrière, se souvient Kathleen. Il était détaché professionnellement. Noche était distant, et donc ces deux êtres auraient pu passer tranquillement tout l'après-midi à un mètre l'un de l'autre. »

Dans un tel cas, le concept du wu wei se révèle inefficace parce qu'aucune des deux parties n'a vraiment envie de

créer un contact. Joaquin, qui avoua avoir vécu des maltraitances dans l'enfance, évoluait avec précaution autour du cheval. À ce moment, j'ai compris la différence entre une approche attentive, présente au niveau émotionnel, à ne rien faire en compagnie de l'autre, et une attitude détachée, intellectuelle, du style : « On verra bien ! » plus appropriée à l'observation d'un rat en laboratoire. Joaquin sortit de cette impasse en se sentant vraiment triste pour Noche. Pourtant, comme Joy qui avait eu tendance à câliner le cheval tout en ignorant sa propre peur, ce conseiller révéla ensuite qu'il avait davantage craint d'entrer en contact avec sa propre peur que de contrarier Noche. Kathleen encouragea Joaquin à aller à la rencontre de l'ancienne victime en lui-même, à se souvenir combien cette attitude protectrice de fermeture, de retenue de ses ressentis et de distance par rapport aux autres l'avait conduit à de longues périodes d'isolement. Puis, elle lui demanda de retourner dans l'enclos et de voir s'il pouvait poser sa main sur Noche.

Joaquin retourna dans l'enclos, s'approcha de Noche et posa sa main sur son épaule en lui parlant à voix basse. Personne ne pouvait entendre ce que cet homme disait alors qu'ils se tenaient tous deux côte à côte. Pourtant, lorsque Joaquin s'éloigna, Noche se mit à le suivre. Ils avancèrent tous deux dans le manège, épaule contre épaule. Joaquin accéléra l'allure en courant parfois en zigzag. Noche évoluait en parfait synchronisme avec lui, comme s'ils étaient tous les deux dirigés par des rênes invisibles. Noche et Joaquin montraient ici les caractéristiques du « join up », but ultime de la méthode complexe de « longe libre » destinée à créer un sentiment de confiance et un espace de communication entre le cheval et son partenaire humain. Cependant, Joaquin avait atteint ce « join up » en se plaçant simplement près de Noche et en acceptant ses véritables ressentis.

« C'était un exemple si éloquent de douceur et de respect, ainsi qu'une prise de conscience sur ce qui concerne les aptitudes de survie que les personnes développent pour rester déconnectées pour le restant de leur vie, rapporte Kathleen. Joaquin était euphorique lorsqu'il sortit de l'enclos pour la seconde fois. Le cheval lui avait fait un cadeau merveilleux : cette sensation magique qui se produit lorsque le guérisseur peut être présent et vulnérable, lorsqu'il peut accueillir sa propre nuit sombre de l'âme et qu'il peut l'utiliser pour être en contact avec les autres. »

Comme Clarissa Pinkola Estes, auteur de *La femme qui courait avec les loups*, l'a si souvent souligné : « Toutes les âmes fortes doivent traverser l'enfer avant de pouvoir guérir le monde comme elles sont venues le faire. Si nous avons de la chance, nous retournons aider ceux qui sont encore enfermés. » En tant que voyageurs expérimentés entre le royaume des vivants et les royaumes de l'au-delà, les chevaux sont passés maîtres pour faciliter ces voyages héroïques. Quelquefois, ils nous font traverser l'inconnu ; parfois, ils cheminent à côté de nous ; d'autres fois, ils reflètent les blessures que nous refusons de regarder en face. Tout le temps, ils nous rappellent que, sur les sommets ou dans les vallées, entre la peur et le courage, l'agonie et l'extase, nous ne sommes pas seuls.

« Vous pouvez simplement vous asseoir auprès de ces animaux, et un merveilleux sentiment de paix et de reliance vient vous posséder, me disait un jour Joy. C'est comme s'ils vous ramenaient un millénaire en arrière, à l'époque où les gens étaient capables de ressentir quelque chose de bien plus vaste que le fait d'être humain. Lorsque je ressens cette ouverture, je me sens en contact avec une partie de moi-même plus vaste, plus vaillante et pleine de compassion. »

## ÉLÉMENTS DU DESTIN

Dans son livre, *Le Code caché de votre destin : prendre en main son existence en élevant sa conscience de soi* (The Soul's code : in search of character and calling), l'auteur et analyste James Hillman qui est à l'origine de la psychologie archétypale post-jungienne, expose la « théorie de la graine. » Il explique que chaque vie est formée à partir d'une image particulière, une image qui appelle chaque individu vers une destinée spécifique, tout comme le destin d'un chêne puissant est contenu dans un gland apparemment insignifiant. Son hypothèse est inspirée par le mythe d'Er, présenté dans l'ouvrage célèbre du philosophe grec Platon, *La République*, et elle en donne une explication. L'histoire raconte que, avant sa naissance, chaque âme choisit une image particulière – ou une structure – pour la vivre sur Terre. Comme le traumatisme de notre venue au monde nous empêche de nous rappeler tout ce qui s'est déroulé avant notre arrivée, les schémas de cet appel sont confiés à un compagnon d'âme que les Grecs appellent Démon, une sorte d'ange gardien qui guide chaque être vers la concrétisation et la réalisation de son but. Selon Hillman, « le démon se souvient de ce qu'il y a dans votre image et qui appartient à votre structure ; donc, le démon est le porteur de votre destinée. »

Le livre de Hillman évoque les caractéristiques de l'enfance, les accidents et les traumatismes comme des nécessités qui nous orientent dans la direction de notre aspiration. Il nous encourage à retrouver notre véritable biographie : une narration de notre vie qui n'est pas chronologique mais qui s'approche de l'image ou du but inné que nous sommes venus exprimer ici. Hillman nous invite à imaginer l'expérience personnelle « en terme d'idée très large, comme la beauté, le mystère ou le mythe. » Il affirme que nous entreprenons souvent une psychothérapie dans le but de retrouver l'image essentielle qui donne finalement un sens à notre vie. Il nous met aussi en garde en nous disant que tant que nous ne travaillerons pas avec un psychologue qui conçoit la réalité psychologique primordiale comme un appel du destin, les insinuations du démon continueront à nous apparaître comme « des excentricités, mêlées au ressentiment, à la colère et à des désirs envahissants. »

Hillman offre un point de vue nouveau sur la répression en suggérant que ses effets négatifs résultent de l'ignorance de la réalité de la graine et de la négligence à apprendre des erreurs commises à cause de cette

ignorance. Le fait de revoir sans cesse les mauvais traitements passés avec l'état d'esprit d'une victime va à l'encontre du but recherché, et ainsi manque ce but. Le démon voit les moments d'injustice ou les moments dramatiques de notre vie comme des ouvertures pour que l'image originelle puisse s'imposer à nouveau. Remettre à plus tard ou lutter contre son destin est à la source de toute souffrance. Dans ce sens, Hillman fait partie des nombreux analystes qui essaient de replacer l'âme dans le domaine de la psychologie.

Selon Hillman, la graine, ou code de notre âme, s'affirme dans des désirs forts qui semblent venir de nulle part, des attraites de l'enfance et des comportements singuliers qui tranchent sur les conditionnements familiaux ou sociaux, des tournures étranges d'événements « qui sonnent comme une annonce : c'est ce que je dois faire ; c'est ce que je dois obtenir ; je suis ainsi. » En y repensant, le thème rémanent au cours de mon enfance, la sensation dont je ne pouvais me débarrasser et qui a persisté dans ma vie d'adulte, aussi illogique et anormal que cela puisse paraître, était celui-ci : « Je ne me suis jamais sentie à l'aise d'être un humain ».

Pendant l'enfance, je me comportais comme si je transportais l'âme d'une créature à quatre jambes dans un corps à deux jambes, et je n'en étais pas vraiment heureuse. Je préférais les animaux en peluche aux poupées et je voulais manger dans un bol posé par terre. Bien que j'aie appris à marcher à neuf mois, mes pantalons étaient troués aux genoux car j'aimais marcher à quatre pattes, et souvent je refusais de répondre à mes parents s'ils ne m'appelaient pas Bambi, Rudolph, Leo ou Black Beauty. Mes quatre alter ego préférés représentaient un équilibre mystérieux entre les prédateurs et les proies : les loups et les cervidés, les lions et les chevaux, et je pouvais les appeler à la seconde.

En grandissant, j'ai passé plus de temps à l'extérieur qu'à l'intérieur, à attraper des serpents, à élever des grenouilles et des mantes religieuses, ou même à rester assise dans un érable à nourrir des rats laveurs, au désespoir de mes parents. Toutefois, ce n'est que lorsque j'ai découvert la ferme située au-delà du bois qui bordait notre propriété et où l'on vendait des chevaux que j'ai commencé à entrer en résonance avec ma véritable vocation. Après l'école, je m'éclipsais pour aller dans le pâturage du vieux maquignon et je passais l'après-midi à gambader parmi les chevaux de toutes races et couleurs. J'apprenais leur langage, en faisant des ruades, m'ébrouant et lançant mes talons en l'air en compagnie des membres les plus fringants de la harde, goûtant leurs herbes favorites et convainquant les mieux disposés de me laisser les chevaucher. Sans bride ni licol ou corde, il n'y avait aucune manière pour moi de forcer le plus complaisant des hongres à me promener. Ces créatures imposantes devaient me suivre jusqu'à la barrière et se tenir tranquilles suffisamment longtemps sans bouger pour que je puisse monter sur leur dos. Il fallait vraiment qu'elles veuillent être avec moi. Trouver des manières de gagner leur amitié était devenu une obsession et une forme d'art au cours des quatre années que je passais à faire, en secret, des expériences avec cette harde éphémère. Je me gardais bien de dire à mes parents que je montais les chevaux sinon ils ne m'auraient jamais laissée partir. Mais puisqu'ils refusaient de m'acheter un poney, je me suis résolue à ce qui me paraissait presque aussi bien, et on peut dire que j'en ai appris davantage ainsi.

J'ai découvert par la suite, grâce à Joy et d'autres personnes comme elle, que le fait de posséder un cheval de prix et de suivre le meilleur entraînement possible ne procure pas une meilleure compréhension du comportement équin. En fait, c'est le plus âgé des chevaux, celui qui avait le moins de valeur, qui s'est révélé être mon meilleur professeur au cours de ces tendres années. Je l'appelai Nakia, et il répondait à ce nom, alors que je n'avais aucune idée de ce qui avait motivé mon choix, ni où j'avais entendu ce nom et ce qu'il signifiait. Avec les côtes saillantes et une démarche raide, ce hongre arthritique avait déjà un sabot dans l'autre monde. Je savais que le marchand avait l'intention de l'envoyer à l'abattoir, et que c'était donc son dernier séjour sur le chemin de l'usine de colle. Pourtant, je ne ressentais ni colère ni peur, ni ressentiment ni résignation en sa présence. Ses yeux reflétaient le sens le plus raffiné de la douceur. Son comportement tout entier semblait dire : « Tout est comme cela doit être », et il était merveilleux.

Lorsque j'étais avec Nakia, il m'était impossible de ressentir de la peine pour lui. Pourtant, j'agitais mon cerveau dans tous les sens pour trouver un moyen de le sauver, en allant jusqu'à penser le voler et m'enfuir avec lui une nuit en emportant dans mon sac à dos tout ce dont j'avais besoin avant de comprendre que deux sandwiches confectionnés à la hâte et une boîte de biscuits ne nous permettraient pas d'aller bien loin. En vain, j'ai imploré mes parents de lâcher cent dollars pour acheter ce cheval afin de le garder dans notre pré. Au moins, j'ai réussi à convaincre mon père de venir avec moi pour le rencontrer. Papa a pris une photo de Nakia et de moi dans l'herbe haute, photo qui est maintenant froissée, décolorée et à moitié mangée par le chien de famille, mais qui m'a suivie pendant mes études, deux mariages et deux déménagements. C'est la seule photo que j'ai de moi en compagnie d'un de ces chevaux destinés à la vente.

Pendant vingt et une fabuleuses journées de printemps, Nakia et moi avons gambadé dans le pré comme si le temps n'existait plus. Je lui donnais à manger des carottes et des pommes, l'amenais près de la clôture, montais sur son dos pour m'y allonger au soleil et massais ses muscles tendus. Puis un jour, je suis descendue du bus à toute vitesse, j'ai posé mes livres pour courir jusqu'au pré du marchand et suis tombée au sol, agitée par de violents sanglots. Nakia était parti.

L'amour d'enfant, plein d'espoir et inconditionnel que je ressentais pour ce vieux cheval, semblait avoir élevé mon statut au sein de la harde. Je n'étais plus seulement tolérée mais acceptée. Je sentais aussi que je devais éviter à tout prix la suffisance si je voulais être traitée comme un autre cheval. Même les yearlings étaient dix fois plus gros

que moi, leur peau épaisse et leurs os solides étaient capables de résister à un coup qui m'aurait tuée. Quelques pur-sang de course étaient particulièrement dangereux. J'apprenais à reconnaître leur état d'esprit à distance en analysant leurs mouvements, leurs postures et les manières avec lesquelles les autres chevaux étaient en contact avec eux. Je devais aussi faire attention à la présence du marchand de chevaux qui m'avait surprise à deux reprises en train de monter à cru et qui m'avait menacée de me tanner le cuir s'il m'y reprenait. Les autres membres de la harde m'ont été d'un grand secours pour m'aider à éviter cette correction ; je devais ainsi rester parfaitement en alerte pour surveiller ce que tous les autres ressentaient, voyaient ou faisaient. Alors, le moindre changement chez les chevaux m'avertissait de la venue du vieil homme bien avant qu'il puisse m'apercevoir. Maintenir ce niveau de conscience n'était jamais une corvée. Pour moi, il était bien plus difficile d'émousser mes sens pour m'ajuster au niveau d'intensité de l'espèce humaine.

Contrairement à Karla McLaren, mes propensions à l'empathie ne se sont pas développées à la suite de maltraitances pendant l'enfance mais en réponse à un groupe d'animaux qui a renforcé un état de conscience pré-conquête à un moment essentiel de mon développement. Le fait d'avoir été continuellement avec la tribu des chevaux, de neuf à treize ans, m'a permis de renforcer mes talents socio-sensuels durant cette période. J'ai continué à me sentir en résonance avec les émotions des autres bien longtemps après alors que la plupart des personnes répriment cette capacité et oublient qu'elles l'ont eue. La présence persistante de cette empathie a toutefois été plus gênante que bénéfique. Personne n'était là pour m'enseigner comment me protéger ou gérer toutes les informations que je collectais. La plupart de ces idées intuitives restaient contenues au niveau non-verbal, bien que je fusse très consciente de ce que je ressentais et de qui cela provenait, suffisamment consciente pour être malmenée dans un monde « civilisé » où les gens agissent comme si tout allait bien alors qu'ils portent en eux des émotions bien différentes. Une cacophonie émotionnelle entourait la plupart des humains que je rencontrais. Lorsqu'une personne de mon entourage irradiait le désespoir, la colère ou un stress quelconque, il semblait flotter autour de son corps comme un brouillard empoisonné. Si cette personne décidait de diriger ce genre de ressenti vers moi, la réaction était encore plus dramatique ; une remarque cruelle pouvait me blesser comme un poignard. Les mots en eux-mêmes avaient peu d'impact, mais c'était l'énergie présente derrière eux qui était alors dévastatrice. Il n'est pas surprenant que je préférais jouer seule, dans la nature, avec des animaux pour compagnons. Les chevaux, les chiens et les chats pouvaient se mettre en colère ou bien boudier, mais avec eux, un emportement passager d'émotion douloureuse donnait des informations utiles ; ensuite, c'était fini. Mes compagnons à quatre pattes n'intériorisaient pas leurs ressentis, ils ne les traînaient pas avec eux ni ne les libéraient sur un innocent lorsque la pression devenait trop forte. Ces animaux traversaient la vie de manière paisible et équilibrée, avec des moments de plaisir et de souffrance, de peur et d'allégresse, de jeu et de repos qui allaient et venaient comme des nuages traversant un beau ciel bleu.

#### UNE LAMPE TORCHE DANS LE CERVEAU HUMAIN

Avant même de lire le livre de Hillman et de commencer à incorporer ses théories à ma pratique thérapeutique avec les chevaux, je comprenais instinctivement que ce serait une trahison grossière de la destinée de Joy que de la percevoir uniquement comme une victime. Ayant hérité d'une entreprise familiale prospère, Joy n'avait pas besoin de travailler. En fait, elle s'occupait de cette entreprise à temps partiel, et montrait assez peu d'intérêt pour cette partie de sa vie. Elle passait la plupart de ses journées à s'occuper de ses différentes relations avec les membres de sa famille et de son cercle d'amis, et beaucoup d'entre eux ayant besoin de parler de leur histoire tragique recherchaient l'aide de Joy. Cette femme savait qu'elle rendait service à des personnes qui refusaient d'aller chercher l'aide dont elles avaient besoin. Sans aucune motivation financière pour passer son diplôme et s'installer comme conseillère psychologique, Joy était néanmoins poussée dans cette position par des personnes « qui ne croyaient pas » à la psychothérapie. Elle sentait que c'était sa destinée, la raison principale pour laquelle elle était née dans une famille si problématique. Après avoir résisté, dans un premier temps, à penser cela à son propos, croyant plutôt qu'elle était dans un état de codépendance, je ne pouvais que constater combien le visage de Joy s'illuminait chaque fois qu'elle me racontait de quelle manière elle avait réussi à utiliser ce qu'elle venait d'apprendre avec les chevaux pour aider de manière constructive les membres de sa famille.

Avec le temps, cette femme se montra remarquablement habile à adapter ses connaissances du domaine équestre à certaines personnes profondément perturbées. J'avais observé de nombreuses fois que les découvertes les plus surprenantes s'appuyaient sur le fait de la convaincre qu'un certain schéma de comportement personnel ou codépendant était en fait néfaste pour les autres. Plus j'en apprenais sur sa famille, plus je devais admettre que, pour de nombreuses personnes, Joy était probablement leur seul espoir.

L'empathie de Joy, sa compassion et son désir d'être proche de personnes ayant des problèmes n'étaient pas coutumiers dans sa famille. Malgré sa tendance à se dissocier, sa capacité à contrôler sa colère ou son anxiété tout en calmant son entourage ne semblait pas être une attitude partagée dans sa famille. Même son frère aîné, un être sensible qui s'est investi dans le domaine social, avait tendance à avoir des accès de rage qui ne faisaient qu'augmenter les problèmes familiaux. C'est Joy que l'on appelait pour calmer Granny lorsque celle-ci était dans « une de ses humeurs particulières. » En fait, Joy était celle que tous semblaient rechercher en temps de crise. Je constatai que pour survivre cette femme devait soit couper tout contact avec son clan soit apprendre les bonnes techniques pour s'occuper d'un manoir hébergeant une multitude de personnes dépendantes, ayant des difficultés à gérer leur colère et une foule de problèmes corporels, émotionnels ou liés à des maltraitances sexuelles. Elle devait apprendre à créer des limites très claires et à devenir agile émotionnellement pour éviter d'être emprisonnée ou



vampirisée. En résumé, elle avait besoin d'acquérir les compétences d'une psychothérapeute sans en avoir le titre, et dont le métier était mal perçu à cette époque.

Lorsque j'eus saisi la complexité du dilemme de Joy, nos séances avec les chevaux se transformèrent, offrant ainsi à la jeune femme sa propre expérience « chironique » avec un cheval blessé. Deux mois après avoir réussi à monter Noche, Joy amena un hongre de douze ans qui semblait avoir, au premier abord, une personnalité stable, patiente et généreuse. Cependant, elle découvrit que Whistler possédait beaucoup de volonté lorsqu'il commença à souffrir d'une claudication chronique. Au lieu de renforcer les postérieurs de Whistler, son précédent propriétaire avait inconsciemment forcé sur ses antérieurs en le poussant à pleine vitesse pendant des kilomètres sur des chemins rocailleux ; cette pratique ayant tendance à mettre mal en point un cheval qui prend de l'âge. Joy avait acheté Whistler à temps avant qu'il n'ait des séquelles graves. Pourtant, elle devait faire face à son inconfort évident et à ses protestations animées pour transformer la manière de se déplacer, déséquilibrée et potentiellement destructive, qu'il avait été amené à adopter durant une bonne partie de sa vie.

Joy se trouvait soudainement projetée dans ma position. Elle savait que le bien-être de Whistler dépendait du changement et pourtant il était mal à l'aise, physiquement et mentalement, avec ce nouveau style d'équitation. Durant cette transition difficile, Joy apprenait à être à l'écoute des résistances continues du cheval sans le laisser faire. Elle s'entraînait à l'art subtil qui consiste à savoir quand il faut insister ou relâcher, quand il faut imposer à nouveau une progression, quand faire intervenir l'avis d'experts, et comment écouter les conseils, quelquefois contradictoires, des différents vétérinaires, acupuncteurs, entraîneurs et spectateurs qui mettent leur nez partout et qui ont des opinions arrêtées sur tout. Par moment, Joy comptait sur moi pour prendre la décision finale mais je refusais de mordre à l'hameçon. Au contraire, je l'aidais à faire face au stress et à l'incertitude d'être la personne responsable du destin de Whistler en impliquant ses capacités d'analyse, d'empathie et d'intuition. Je me retrouvais à motiver une autre personne à renforcer et équilibrer une variété d'états de conscience différents comme je l'avais pratiqué durant mes premiers temps d'expérimentation avec une harde. Dans ce processus, je reflétais mes rencontres essentielles avec les chevaux dans ma vie et je commençais à comprendre ces idées avec plus de profondeur.

Lorsque j'ai été assailli par ce sentiment omniprésent de mystère, de mythe et de destinée en présence de ma harde, j'ai eu la chance de rencontrer deux psychologues qui considéraient mes expériences et mes obsessions étranges comme des réalités éloquentes. Patricia Hursh et Lewis Mehl-Madrona ne m'ont pas seulement convaincue de ma santé mentale, ils m'ont aussi donné les outils pour travailler avec ces visions et ces voix qui m'arrachaient de la réalité habituelle que m'offrait mon éducation. J'ai rencontré le Dr Mehl-Madrona une seule fois et le Dr Hursh seulement six fois au cours de la première année avant que notre collaboration devienne véritablement proche et leur influence sur mon travail a été inestimable. Les techniques ainsi reçues me permettaient de faire exactement ce qui était nécessaire pour que la graine émerge de cet endroit où elle était restée trop longtemps enfouie et se développe jusqu'à sa pleine potentialité. Au cours de ce processus, j'ai commencé à entrer en relation avec la voix du souvenir en tant que démon personnel, mon compagnon d'âme qui n'oubliait pas quelle était ma destinée, comment ces éléments devaient s'incarner et combien tout cela était intimement lié au destin de Tabula Rasa.

Cependant, les rêveries métaphoriques dictées par la voix du souvenir ne m'ont pas vraiment été utiles avant que je puisse faire le lien entre mon imaginaire symbolique et les théories actuelles sur l'action du mental. Enfin, les observations saisies à travers la présentation originale de ce curieux petit livre pouvaient être expliquées de manière que les gens « raisonnables » soient plus disposés à comprendre, et je prenais conscience que la poésie, les mythes et le mysticisme agissaient aussi comme des carnets de voyage dans les royaumes de l'expérience non-verbale. Je ne me serais jamais souvenue des détails de tout ce que je percevais si je n'avais pas trouvé la façon d'enregistrer mes observations alors que j'étais encore dans un état de conscience modifiée, ou que je venais tout juste d'en sortir. Ces métaphores me rappelaient non seulement où je me trouvais mais aussi comment j'y étais venue, et par conséquent comment je pouvais retrouver un cadre mental similaire.

Avec le temps, je devenais capable d'analyser mes voyages avec mes chevaux, en les décrivant de manière plus concrète, et en commençant alors à enseigner aux autres comment obtenir une identité mentale et émotionnelle plus fluide grâce à une psychothérapie assistée par les chevaux ainsi que par un apprentissage expérimental. Alors que la voix du souvenir m'aidait à comprendre le mental humain d'une perspective mythique, elle m'orienta vers quelques théories scientifiques audacieuses alors que je cherchais comment interpréter des métaphores telles que « le lac derrière les yeux du cheval noir » et « une lampe torche dans le cerveau humain. »

La lampe torche dans le cerveau humain est un outil formidable. Sur sa poignée, il y a un cadran. Tournez-le complètement vers la gauche, et vous générez des rayons laser concentrés de raison, qui correspondent à des formes de communication prosaïque. De là où je viens, les gens accordent une importance excessive à ce type de réglage, à l'exclusion de tous les autres, principalement parce qu'il faut des années pour maîtriser l'art d'ajuster une expérience de vie aux rayons étroits de la pensée. C'est comme s'il s'agissait de disséquer le travail intérieur d'une créature étrange. Généralement, vous devez commencer par la tuer, mais ensuite vous pouvez conserver la carcasse, l'étudier sous différents angles et y découper quelques tranches pour les consommer.

Si vous orientez le cadran complètement à droite, les courants de lumière sont plus larges et bien moins meurtriers. Vous pouvez éclairer progressivement des parties plus grandes du paysage associées à une variété infinie de formes



de vie mais, sans votre laser, vous n'avez aucun moyen d'immobiliser des spécimens, et vous ne pouvez pas les réduire en pièces suffisamment petites pour les classer de façon logique. En fin de compte, vous n'avez aucun souvenir à rapporter à la maison, rien à donner aux autres pour qu'ils aient le goût de l'endroit où vous étiez. Mais cela ne signifie nullement que ces régions n'existent pas ou qu'elles ne valent pas la peine d'être visitées.

Néanmoins, dans cette lampe torche il y a un petit appareil photo. Si vous appuyez sur le bouton placé sous le cadran, vous pouvez prendre une photo de tout ce que vous voyez, quelle que soit la largeur du rayon. Ces photos sont mal définies et sans relief. Les couleurs sont loin d'être aussi vives que dans la réalité et les dimensions sont trompeuses. Parfois, elles incitent d'autres personnes à jouer avec leur lampe torche et à mettre en lumière des endroits que les fonctions du cerveau gauche ne peuvent pas explorer. Ces photos instantanées sont appelées mythes.

Les conteurs et les poètes, qui savent peindre avec les mots, sont ceux qui savent les interpréter au mieux. De larges coups de brosse sont préférables ; ils permettent à la personne qui écoute de ressentir les bribes de vérité qui se fauillent entre les mots.

Les psychologues ont déterminé que seulement sept à dix pour cent de la communication humaine passent par les mots. Considérant que plus de quatre-vingt-dix pour cent des messages que nous échangeons avec les autres échappent à l'influence des mots, nous sommes dans l'erreur lorsque nous supprimons d'office les modes d'expression artistique des programmes scolaires. Ces pratiques apparemment peu réalistes sont des formes de communication hautement spécialisées qui amènent l'expression non-verbale au centre de la conscience. Dans ma pratique thérapeutique, j'enseigne à mes clients à renforcer et interpréter leurs propres idées intuitives non-verbales insaisissables à travers la poésie, les contes et les légendes, car les chevaux éveillent les formes de conscience intuitive et socio-sensuelle. Les élèves peuvent alors consulter les enregistrements de leur expérience après avoir retrouvé un état de conscience dit normal. Les clients qui vivent des émotions fortes ont du mal à parler car le système limbique outrepassa le néocortex. L'expression artistique emploie différentes voies dans le cerveau, permettant au langage de fonctionner en dehors de la bande étroite de la logique, en fournissant des informations aux ressentis et aux états de conscience qui ne peuvent pas être accessibles à la raison. Apprendre à interpréter ces symboles établit un pont entre le cerveau qui pense et celui qui ressent. Cette dernière étape peut très bien être la plus importante pour transformer le comportement. Des artistes capables d'exprimer des ressentis et des expériences ineffables peuvent malgré tout mener une vie assez déséquilibrée parce qu'ils n'ont pas créé ce saut de la conscience qui permet d'intégrer leurs intuitions avec les changements qui y sont associés. Pour transformer des schémas émotionnels destructifs, les personnes doivent d'abord prendre conscience de leurs processus inconscients, interpréter cette information qui n'est pas rationnelle et ensuite transférer ces clarifications au cortex frontal où ils peuvent exercer leur volonté et se centrer pour changer leurs réponses à des émotions qui étaient auparavant perturbatrices.

Le lac présent derrière les yeux du cheval et la lampe torche dans le cerveau humain sont des métaphores qui m'ont permis d'exprimer clairement les nuances de plusieurs processus de pensées. Lorsque j'ai pris connaissance des théories de E. Richard Sorenson sur la conscience préconquête et post-conquête, j'avais déjà exploré intimement ces deux états d'esprit par moi-même. Je n'ai pas eu besoin de me rendre dans une tribu de Nouvelle-Guinée et de détruire par mégarde le mode de vie de la tribu pour reconnaître la nature prédatrice de la logique ; cependant, je suis heureuse que Sorenson l'ait fait et ait pris note de cet événement dramatique. Le laser derrière mes propres yeux est une image de la conquête mentale, du besoin de capturer, de dominer et de démembrer quelque chose dans le but de l'apprécier en jugeant des composants de la vie en dehors de leur contexte en constante évolution. Je comprenais que la tendance qui résultait de l'abandon de toute bande de perception ne correspondant pas à la « théorie unique » conduit à cette conclusion assez inquiétante mais prévisible : en atteignant l'âge de raison, un mental centré uniquement sur la partie gauche du cerveau se coupe de la vigueur de sa propre force de vie et de la sagesse sensuelle, intuitive et ancestrale qui coule en lui.

J'ai eu assez de chance en m'intégrant à un groupe de chevaux qui m'a accueillie dans sa tribu et qui m'a enseigné les détails les plus fins de la conscience socio-sensuelle. De ce vaste point de vue, j'ai compris à quel point il est dramatique que la race humaine endoctrine les enfants, en général, avec un état de conscience guerrier, sans alternative possible. Toutefois, l'Homo sapiens n'est pas le seul à avoir souffert de ce système. Au long de notre histoire, les chevaux font partie des animaux qui ont porté nos charges et sauvé notre vie en se sacrifiant au cours de batailles qui, de toute évidence, n'apportaient rien à l'amélioration leur vie. Malgré cela, nous pourrions encore compter sur leur descendance pour nous aider à venir à bout d'une attaque guerrière. Si seulement nous pouvions « descendre de nos grands chevaux » et les apprécier comme des êtres de sagesse, ils accepteraient de nous conduire aux portes du paradis perdu.

Tous les enfants boivent pour un temps à la rivière de la vie qui continue à s'écouler dans les quatre directions, bien loin sous terre, car les portes de l'Éden sont closes. Pourtant, la source qui jaillit dans l'âme d'un enfant est fragile. Une fois que le glaive foudroyant met le feu, ces sources tranquilles sont recouvertes de mille pensées destructrices. Les créatures à quatre jambes sont épargnées de cette destinée caustique. Le niveau des eaux continue à s'élever jusqu'à former un lac derrière des yeux qui ne seront jamais perturbés par des fautes de jugement ou les feux de la raison.

Pour la jument noire, le paysage de l'homme et de la femme gronde comme des tremblements de terre qui ravagent les anciens champs de bataille et le conflit perdure dans les affres de la dévastation. Elle se promène dans ce périmètre, faisant de sa vie un pâturage, et sautant de temps en temps pour éviter les éclats d'obus. Cependant, comme tout être qui possède une source secrète, elle est disposée à offrir de l'eau à ceux qui ont soif et une oasis à ceux qui sont lassés de se battre.

Le cadeau qu'elle m'a fait est encore plus grand. Bien qu'elle ait choisi de ne jamais ressentir l'enchantement des mots et des rayons laser, la jument noire a été condamnée à refléter leur but suprême et à errer à jamais dans l'espace qui s'étend entre ces deux mondes. Elle doit trouver le moyen de faire entendre son histoire. Je ne sais pas vraiment si c'est la destinée ou la synchronicité qui a terrassé mes buts dérisoires et qui m'a amenée à l'aider. Je sais seulement que les rivières du paradis continuent à s'écouler sous terre et que la lampe torche dans le cerveau est étanche.

Je n'avais aucune idée de la signification de ce dernier paragraphe lorsque je l'ai écrit, mais je savais qu'il reflétait une transformation subconsciente. Ma capacité à enregistrer et analyser les détails de cet éveil s'est révélée, par la suite, utile pour les personnes qui venaient participer aux ateliers de thérapie au centre Epona. Alors que je créais les conditions favorables pour que des interactions socio-sensuelles se produisent entre les humains et les chevaux, je voyais ma harde initier cette même transformation chez les personnes dans tous les espaces de leur vie, et Rasa se faisait remarquer comme un véritable génie de la thérapie. Dans mes écrits mythiques, je sentais que cela était non seulement son destin mais aussi son salut. Toutefois, mon ego d'humain ne croyait pas vraiment qu'un cheval puisse avoir un destin et encore moins le réaliser sur un plan spirituel. Par conséquent, au début j'ai eu tendance à tomber dans l'habitude psychanalytique d'interpréter les visions relatives à Rasa uniquement comme un élément de ma propre psychologie. Je doutais que ces intuitions puissent être directement liées à elle, ou à un plus large public, mais avec le temps, j'ai compris que j'avais tort.

Le mot latin *altus* signifie à la fois haut et profond. L'idée que Rasa puisse refléter les « buts suprêmes » des aspects les plus humains de la conscience, le langage et la logique, suggère qu'elle possédait un talent inné à aider les êtres à voir leurs propres schémas de pensée d'un point de vue différent, une perspective qui illustre à la fois les limites et les potentialités d'un mental post-conquête. Elle pouvait faire cela avec la facilité d'un prodige. Toutefois, pour être vraiment efficace, elle devait être en rapport avec une personne qui pouvait traduire les informations qu'elle transmettait. Autrement, elle aurait été condamnée à « errer à jamais dans l'espace qui s'étend entre ces deux mondes. » Ses réflexions seraient restées enfermées au niveau non verbal où elles n'auraient eu que peu d'utilité pour les personnes qu'elle avait été appelée à aider.

Avec la sagesse du temps, je pense que c'était le destin, autant que la synchronicité, qui m'a amenée à l'aider et à recevoir en retour son aide, bien qu'à l'époque, un de mes buts, quelque peu égoïstes, consistait à l'entraîner pour de très longues courses d'endurance afin de me permettre d'être la plus éloignée possible de ma propre espèce. Grâce à nos interactions, j'ai appris bien plus que ce que je désirais sur le fonctionnement du mental post-conquête et les raisons qui se cachent derrière ses tendances à la violence, et sur les autres états de conscience que nous réprimons ou ignorons, à nos risques et périls. Au début, cela ne faisait qu'attiser ma colère et me rendre étrangère à la culture dans laquelle j'avais été élevée. Pendant plus de dix-huit mois, je ne voulais plus avoir affaire avec les gens et je ne pouvais supporter leur compagnie qu'en m'anesthésiant avec de l'alcool afin de contenir tous les messages perturbateurs et non-dits que je saisisais. Toutefois, avec le temps, mon travail avec la harde me permettait d'apprécier la sagesse présente derrière ma forme. J'apprenais à accepter les personnes qui ne cherchaient pas à me faire abandonner mes valeurs ou à me faire perdre la sensibilité grandissante que je recevais des chevaux. Je devenais experte à refléter, sans jugement ni interprétation, les nombreux commentaires non-verbaux de Rasa concernant les personnes qui venaient à nos ateliers ou séances individuelles.

Les circonstances frustrantes, et finalement révélatrices, de notre association nous poussèrent dans le domaine de la psychothérapie assistée par des chevaux. Les chevaux et moi-même avons développé un protocole symbiotique pour aider les personnes à reprendre contact avec les formes de conscience socio-sensuelle, intuitive et morphogénétique. Cependant, cela n'impliquait pas de réprimer les cadeaux que la parole et la logique représentent pour les humains, mais simplement de les remettre à leur place. La partie du mental qui raisonne et analyse une expérience est « étanche. » En d'autres mots, elle peut plonger dans le royaume d'une conscience « aquatique » et éclairer les aspects habituellement subconscients du système nerveux sympathique. Afin que je puisse concevoir des techniques et des activités qui permettent à cette transformation de se produire chez les autres, j'ai passé de nombreuses années à expérimenter différentes formes de conscience. Au cours de ces expériences, j'ai vécu les peurs et les pièges de la pensée qui rendent si difficile, pour les êtres humains, l'accès à un état d'être plus fluide et plus ouvert.

Pourtant, il existe des espaces que les mots ne peuvent jamais atteindre, des états qui ne peuvent se traduire par les mythes les plus bizarres. En traversant une noirceur électrique qui brille de la promesse de mille couleurs et en plongeant au sein du vide qui rêve l'univers, mon ego aurait été complètement retourné s'il n'y avait pas eu le cheval noir pour m'aider à trouver une voie pour vivre sans lui. Ces images dansaient aux limites de ce que je vivais lorsque j'ai enfin eu le courage de libérer mon identité des schémas prévisibles d'une « pensée plus élevée. » Pendant ce processus, mes chevaux m'ont conduite à travers une série de paysages mentaux transformateurs traversés le plus souvent par les mystiques.

Dans son livre, *Le pouvoir de l'instant*, Eckhart Tolle décrit son expérience déterminante avec le vide. Un sentiment impitoyable, et souvent fragilisant, d'anxiété a marqué ses jeunes années. Ceci a culminé dans une lutte vitale pour garder sa santé mentale au cours d'une nuit, peu de temps après son vingt-neuvième anniversaire. Dans le silence de sa chambre sombre, il fut saisi par le ressenti d'une peur et d'un isolement existentiel tels qu'il prit conscience qu'il ne pouvait plus vivre avec lui-même plus longtemps :

« C'était la pensée qui ne cessait de se répéter dans mon esprit. Puis soudain, je devins conscient de ce qu'était cette pensée : suis-je un ou deux ? Si je ne peux plus vivre avec moi-même, il doit y avoir deux en moi : le je et le soi avec qui le je ne peut pas vivre. Peut-être, pensais-je, seul l'un des deux est réel. »

« J'étais si stupéfait par cette étrange réalisation que mon mental cessa de fonctionner. J'étais pleinement conscient mais il n'y avait plus de pensée. Ensuite, je me suis senti attiré vers ce qui semblait être un vortex d'énergie. J'étais saisi d'une peur intense et mon corps commença à trembler. J'entendis les mots « Ne résiste à rien » comme s'ils étaient prononcés de l'intérieur de ma poitrine. Je me sentais aspiré dans le vide. C'était comme si le vide était en moi plutôt qu'à l'extérieur. D'un coup, la peur disparut et je me suis laissé aller dans le vide. »

Eckhart Tolle ne se souvient pas de ce qui s'est produit ensuite. Cependant, il se réveilla dans un profond état de paix et d'extase qui s'est poursuivi ainsi pendant plusieurs mois avant de diminuer en intensité. Le monde paraissait « frais et virginal, comme s'il venait juste de commencer son existence. » Le mobilier de sa chambre prenait un éclat qui tenait du miracle.

« Sans pensée, écrit-il, je sentais, je savais, qu'il y avait infiniment plus de lumière que nous le saisissions. Cette douce lumière qui irradiait des rideaux était l'amour lui-même. »

Ce processus subtil était similaire à celui que je vivais souvent avec mes chevaux lorsque, le soir venu, les créatures à deux jambes avaient quitté les lieux. Toutefois, avec Rasa et Noche à mes côtés, l'expérience n'était en rien traumatisante et je commençais à comprendre, par l'expérience, pourquoi nombre de mythes décrivent les chevaux comme des voyageurs expérimentés entre le monde visible et le monde invisible. Je n'étais pas juchée sur leur dos mais je les chevauchais vers l'Autre Monde lorsque je me mettais en résonance avec leur point de vue ouvert et méditatif. En présence de ces créatures paisibles et attachantes, mes pensées se dissipaient progressivement, mon cœur grandissait. Les arbres rayonnaient une douce lumière blanche dans l'obscurité et je disparaissais dans l'étroitesse d'un mystère grandiose. Dans la pleine confiance de la réflexion fluide de la conscience socio-sensuelle, je découvrais que « je » n'étais pas le lac derrière les yeux, pas même la rivière de sagesse collective qui afflue sous elle. Partout où je me cherchais, je me fondais à la scène. Étais-je tout simultanément, ou étais-je une illusion ? Nuit après nuit, les chevaux me surveillaient alors que je m'allongeais dans l'herbe et regardais l'obscurité avec questionnement.

Il y a une étendue d'eau au cœur du désert. Sa surface est aussi lisse qu'un miroir bien que ses eaux se nourrissent d'un torrent de montagne qui jaillit sans cesse par-dessous. Lorsque le soleil se couche et que la terre cache la lune, les chouettes rôdent dans le ciel, les chauves-souris émettent des mélodies étranges contre les murs d'obsidienne, les chevaux noirs chassent les coyotes à travers les champs indigo et l'étang les accueille tous dans une rêverie lumineuse qui ne connaîtra jamais la stagnation. C'est la source qui vit et respire derrière mes propres yeux.

Je suis heureuse de me fondre dans cette scène et de quitter mes pensées, tels des galets qui reposent sans bruit sur le rivage. Pour la femme que je suis devenue, le mental humain ressemble à une grande route qui émerge d'une forêt ancestrale dense. Elle serpente à travers les prairies, recouvrant les cicatrices des batailles sans nombre, passant près des anciens volcans qui grondent dans leurs profondeurs, longe les précipices perfides qui permettent de voir par-delà ce qui est éternel, descend dans les canyons sinueux des rêves depuis longtemps oubliés. Le laser se repose près de moi. Je n'ai pas besoin de lumière artificielle car dans le miroir de mon lac, même la plus faible des étoiles est magnifiée dans l'immensité de la réflexion pure.

Pendant un moment, j'ai laissé de côté les habitudes de la raison qui engloutissent tout. Au cours du processus, j'ai accumulé assez d'expérience et de courage pour m'écarter des voies de l'expérience mystique civilisée, certaines d'entre elles creusées si profondément par les personnes qui les ont parcourues qu'elles ne pouvaient être d'aucune aide, sinon donner une vision très limitée. Concernées presque exclusivement par la souffrance humaine et la rédemption, la plupart des religions n'offraient aucune carte des territoires que j'étais contrainte à explorer. En ce qui concerne les intérêts de mon espèce, je faisais cavalier seul.

Le désert s'étirait devant moi, l'obscurité faisant place à une lumière si brillante et si douce que je savais que ma lampe torche était inutile. Le cheval noir dansait devant moi ; je pris une profonde inspiration et je le suivis dans l'inconnu éclatant.

#### MESSAGE ET SIGNIFICATION

##### Troisième partie

Fracassant les battants de bronze,  
Arrachant les verrous de fer,  
Je te donnerai les trésors enfouis  
Et les richesses cachées...  
J'ai formé la lumière et crée les ténèbres,  
Je procure le bonheur et crée le malheur,  
C'est moi, le Seigneur, qui fait toutes ces choses.

Isaïe 45 : 2-3,7

## CHAPITRE X

### NEKYIA

Dans le vestiaire d'un salon de coiffure de Tucson, il est inscrit sur une affichette : « L'expérience est le maître le plus sévère. Vous passez d'abord l'examen et vous apprenez la leçon plus tard. » Dans mes rapports avec les Ancêtres, j'ai souvent reçu la signification de la leçon bien longtemps après avoir passé l'examen. Ceci s'est révélé être une manière déconcertante, et troublante par moments, d'étudier la sagesse du cheval. Toutefois, cela m'a appris, à long terme, à faire confiance en mes ressources intérieures et à naviguer dans les régions les plus sombres de la psyché humaine. Par ces voyages, je me suis familiarisée avec les mémoires ancestrales qui influencent encore l'inconscient collectif des deux espèces et qui, de temps en temps, font irruption pour de bon dans notre monde civilisé.

Six mois après avoir découvert les Ancêtres Chevaux avec l'aide du Dr Patricia Hursh, j'utilisais régulièrement cette force comme une aide invisible et interactive lorsque je rencontrais des problèmes lors des entraînements. Et pourtant, je ne savais pas comment je m'étais connectée à cette sagesse collective ni ce qu'elle attendait de moi en échange. Le sentiment persistant que les Ancêtres avaient un autre programme plus complexe que celui de m'aider à résoudre mes problèmes avec les chevaux tourmentait mes nuits et mes journées avec un sentiment vague mais croissant d'appréhension. Pourtant, chaque fois que je demandais à cette présence quels étaient ses buts, les images se brouillaient. C'était un peu comme si j'essayais de regarder la télévision avec une radio. Soit les circuits étaient brouillés par un trop-plein d'informations, soit mon tuner archaïque ne pouvait pas capter la fréquence. Après des semaines de vaines tentatives de clarification, l'idée m'est finalement venue de demander à recevoir des informations spécifiques afin de communiquer de manière plus efficace avec les Ancêtres. Immédiatement, j'ai vu deux rivières dont les lits étaient parallèles. Celle de droite révéla s'appeler la rivière Equus et celle de gauche la rivière Anthropos. Au fond de l'image, ces deux rivières s'incurvaient l'une vers l'autre. Elles s'éclairaient à leur jonction et puis continuaient leur cours, la rivière Anthropos à droite et la rivière Equus à gauche. Je voyais les rivières se rejoindre et se mêler en créant une figure qui ressemblait à la partie inférieure d'un huit. À cet endroit, les courants se mélangeaient et remontaient à contre-courant, portant en eux le mélange des deux eaux.

La vision représentait deux courants de conscience, l'un humain et l'autre équin, évoluant parallèlement entre eux dans le temps et l'espace. Selon les termes de Rupert Sheldrake, les rivières Equus et Anthropos représentaient les champs morphogénétiques de nos deux espèces. Des informations pouvaient être échangées lorsqu'elles se croisaient, et pourtant le plus grand potentiel de communication semblait impliquer leur convergence, un phénomène qui laissait supposer une possibilité nouvelle et étrange. Est-ce que la rivière Equus remontait à contre-courant pour reconstituer les paysages traversés par la rivière Anthropos avec une perspective nouvelle ? Comment l'histoire et le comportement de la race humaine apparaîtraient à celui qui ferait ce voyage ?

Quelques nuits plus tard, les Ancêtres ont détaillé cette vision diurne par un rêve particulièrement impressionnant et chargé émotionnellement : des hommes et des femmes aux yeux en amande et aux longs cheveux noirs m'escortaient le long d'un sentier précaire qui nous permettait tout juste d'avancer sans tomber dans le canyon. Malgré ma confiance totale, leurs visages paisibles et sages ne pouvaient pas vraiment enlever la sensation de contraction et de tiraillement présente au niveau de mon plexus solaire. Malgré tout, j'étais enchantée d'être dans cette procession. Soudain, un passage étroit s'ouvrait sur une vue fantastique de la Vallée de la Mort et je m'émerveillais de ce paysage austère et spectaculaire où évoluaient des chevaux de toutes races et de toutes robes. Ils cheminaient dans la vallée comme une rivière, c'est du moins ainsi que mes yeux pouvaient le percevoir. Deux silhouettes se détachaient de cette harde infinie : la jument pur-sang bai foncé que j'avais achetée à Tucson et le vieux hongre fourbu avec qui j'avais joué lorsque j'étais enfant. « Nakia » ai-je crié, et ce couple invraisemblable hennit en retour.

Au réveil, il me restait la sensation exaltante que tout se révélait selon un plan particulier. La nuit précédente, j'avais supplié les Ancêtres Chevaux de m'expliquer de quelle manière je pouvais améliorer ma communication avec eux, et une fois de plus, j'avais vu les deux rivières qui se croisaient alors que je somnais dans le sommeil. De ce contact étaient apparus la Vallée de la Mort et les deux chevaux que j'avais connus sous le nom de Nakia. L'image désignait un seul mot mais je n'avais pas encore idée de ce que cela signifiait, où je l'avais entendu et pour quelle raison je l'avais associé à deux chevaux complètement différents, ceci à vingt-cinq ans d'intervalle.

Je passais les deux jours suivants à la bibliothèque, à effectuer des recherches dans les dictionnaires, les encyclopédies, les recueils de mythes du monde entier et dans des livres destinés à aider les parents à choisir le prénom de leur bébé. J'essayais différentes orthographes. Finalement, je trouvais le nom de « Nekyia » dans un guide sur la littérature et manquais laisser tomber le livre en lisant la signification. « Nekyia » fait référence à une scène dans l'Odyssée d'Homère au cours de laquelle le héros tente de rentrer chez lui, alors qu'il se trouve en terre étrangère, en consultant l'esprit de ses ancêtres.

L'Illiade et l'Odyssée, livres que l'on estime avoir été écrits huit siècles avant notre ère par Homère, sont considérés comme appartenant aux premiers textes de la littérature occidentale. Ayant étudié la musique classique plutôt que la littérature au cours de mes études universitaires, je n'avais jamais lu l'Odyssée ; mais ce poème épique avait eu, de toute évidence, plus de deux mille ans pour s'affirmer dans le champ morpho-génétique humain. Dans l'enfance,

au cours de mes excursions secrètes pour aller voir le vieux cheval du marchand, j'avais donné le nom de Nekyia au hongre avec lequel je me sentais proche, sans avoir particulièrement réfléchi à la manière de l'orthographier. Mon subconscient avait-il essayé d'exprimer son désir de se connecter aux Ancêtres Chevaux dès ce jeune âge ? Est-ce que l'Odyssée allait m'offrir des allusions sur la manière de consolider mon partenariat avec ce champ de sagesse collective, et finalement, en découvrir le but ?

Alors que je lisais cet ancien poème en prose, accompagné d'un livre contenant des essais d'interprétation, je comprenais que mes buts et mes impulsions derrière ma quête étaient pratiquement en opposition directe avec chaque facette du voyage de l'Odyssée. Malgré cela, sa manière de traverser ces paysages redoutables créait une carte que j'étais à même de suivre, mais à l'envers. Le héros d'Homère voulait rentrer chez lui et il faisait tout pour quitter ce royaume peuplé de déesses puissantes, complètement irrationnelles, qui transformaient les gens en animaux et hypnotisaient les combattants avec des lotus et des chants de sirènes. En plus du risque d'être tués au combat, amputés par des monstres ou noyés, ses soldats devaient faire face au danger constant de délaisser leurs ambitions pour se complaire dans des plaisirs sociosensuels – le pire des destins pour leur chef.

Ulysse est le héros de l'homme pensant. Ayant pillé la ville de Troie en utilisant la ruse du cheval de bois, il gagnait ses combats grâce à son intelligence malicieuse, et sa loyauté envers Athéna, déesse grecque de la guerre, de la raison, et protectrice de la vie citadine. Fille préférée de Zeus, Athéna est née, déjà adulte et habillée en guerrière, de la tête de son père. Elle pourrait donc être considérée comme la déesse de la conscience post-conquête, un archétype en rupture complète avec les ressentis, prête à entrer en guerre contre tout ce qui défie les principes de la civilisation et qui refuse de défier le mental rationnel. Reconnu comme étant la plus grande représentation du pouvoir d'Athéna, Ulysse reçut des éloges continuels pour ses ruses et ses supercheries. Athéna le décrit ainsi : « C'est le plus brillant des hommes dans les domaines de la planification et de la parole, alors que parmi les dieux, je reçois la gloire grâce à la raison et l'habileté de mon intelligence. » Elle lui accorda ses faveurs comme à une âme sœur. Le héros de l'Odyssée n'accordait sa confiance qu'à la seule figure archétypale majeure du panthéon grec qui était issue ni d'une femme ni d'une déesse. Dépouillée des aspects les plus menaçants de la féminité, c'est-à-dire l'émotion, la sensualité et le contact intuitif avec la nature, Athéna fournit une image plus grande que nature qu'un homme de raison peut avoir de l'idéal féminin. La femme d'Ulysse était le complément docile de la déesse vierge, un parangon des vertus d'une femme d'intérieur, une femme fidèle passant ses journées à broder et ses soirées à repousser ses soupirants bien des années après que son mari soit considéré disparu en mer. Ulysse fut chassé et forcé à errer parmi des mondes fabuleux, du livre neuf au livre douze de l'Odyssée, et sa quête pour un retour à la normalité était sans cesse contrecarrée par des éléments de l'existence mythique et irrationnelle symbolisée par une foule de femmes bien moins virginales et combien plus indépendantes. La menace de la perte ou de l'oubli de soi pour cause de sensualité constitue un thème récurrent : Ulysse doit sans cesse échapper aux étreintes de ces déesses en résistant à leurs tentations. En fait, à chaque fois et au bon moment, il parvient à les distraire ou s'en faire ses amies pour ravir quelques informations afin de se remettre sur le droit chemin.

Contrairement à son équipage de guerriers marins, Ulysse fut le seul qui parvint à rester centré sur sa terre natale en dépit de séductions surnaturelles et de défis écrasants pour son mental rationnel. La ténacité, la ruse et une capacité infaillible à se concentrer sur son but ultime au milieu d'un chaos culturel lui ont permis de rentrer chez lui à temps et d'inventer des stratagèmes afin de pouvoir tuer les soupirants de sa femme et reconquérir son royaume. Finalement, Ulysse n'était pas tant un soldat de l'épée qu'un guerrier du laser. Écrit il y a plus de deux mille ans, l'ouvrage d'Homère définit le potentiel de l'héroïsme mental à l'aube de la conscience post-conquête.

D'un autre côté, mon histoire était celle d'une femme ayant le mal du pays alors qu'elle se trouvait dans le royaume de la logique. La perte ou l'oubli de moi-même, avec lesquels je me battais sans cesse, étaient liés au fait de vivre dans une culture qui demandait que je rejette l'âme profondément empathique et intuitive en moi-même qui aspirait à être pleinement en contact avec la nature. Ulysse avait obtenu des informations pour évoluer dans les royaumes irrationnels des personnes mêmes qui y résidaient. De même, j'ai lu des livres écrits par des hommes rationnels, contenant des cartes théoriques de l'Autre Monde. La seule astuce, comme Ulysse l'a découvert, consistait à résister à l'appel de la « culture étrangère » et d'éviter l'assimilation. J'ai dû confronter les archétypes du patriarcat et des hommes de raison qui n'étaient pas tant intéressés à me séduire pour que je reste, qu'à me menacer, me dominer et m'humilier pour me soumettre ; mais, comme un étranger déraciné peut avoir un faible pour un semblable, j'avais un certain respect pour Ulysse, un homme mythique qui m'a donné les outils pour que je puisse me retrouver chez moi. Si le récit épique d'Homère est un hommage à la naissance de la mentalité post-conquête de la Grèce antique, quel est alors le sens caché derrière mon propre cheminement ?

Les idées purement intuitives ou rationnelles ne m'avaient jamais satisfaite. Comme pour l'archétype de Chiron, j'avais une propension à « donner une forme aux idées nouvelles et à apporter une structure aux idées novatrices. » La difficulté était d'intégrer le corps, le mental et l'esprit non seulement dans ma perception du monde mais aussi dans mes partages sur mon expérience. Pour cela, j'ai été attirée vers les théories d'hommes et de femmes qui raisonnaient et n'avaient pas peur de prendre en compte les éléments irrationnels de la vie.

#### LA LIBÉRATION DU MENTAL ET DE LA MÉMOIRE

« J'ai été et je suis encore un chercheur, écrit Hermann Hesse dans le prologue de sa nouvelle *Demian*, mais j'ai cessé d'interroger les étoiles et les livres ; j'ai commencé à écouter les enseignements que mon propre sang me



chuchote. »

Les chefs de file de la médecine psychosomatique commencent à prendre de tels sentiments très au sérieux. « Le mental est présent dans le sang », affirme Larry Dossey, tout comme Hesse le laissait entendre. « Ce n'est pas une vision poétique, ce n'est pas une métaphore ; c'est juste la vérité. » Dans ses livres qui font autorité, *L'espace, le temps et la santé*, *La médecine réinventée* et quelques autres, cet ancien interne a rassemblé des études qui ancrent le mouvement de la santé holistique dans un modèle à la fois respectable sur le plan scientifique et stimulant spirituellement.

En s'appuyant en partie sur les recherches de Candace Pert en ce qui concerne les molécules de l'émotion, Dossey affirme que « la nouvelle compréhension du rôle du sang fait penser que le cerveau a levé l'ancre et navigue dans tout le corps, là où le sang circule. »

Cependant, Dossey fait avancer la théorie du corps-esprit d'un pas de géant. Sa description de la nature non localisée du mental le place non seulement hors du cerveau mais aussi hors du corps. Les preuves croisées qu'il utilise pour étayer ses théories remplissent des livres entiers, mais cela pourrait se résumer en ces termes : le mental n'est pas fixé dans le temps et l'espace ; il n'est pas engendré par le cerveau, pas même par les neuropeptides ou les neurotransmetteurs synthétisés dans différentes parties du corps. Au contraire, le corps et le cerveau agissent comme des récepteurs du mental, comme la télévision qui transforme des ondes en images et en sons. Dans ce sens, les chercheurs occidentaux qui essaient de localiser le mental dans le cerveau ou dans le corps opèrent à partir d'un point de vue aussi erroné qu'une personne qui démonterait un téléviseur pour savoir d'où proviennent les programmes.

Si vous jetez par la fenêtre votre nouveau téléviseur et que vous le regardez exploser en mille morceaux, vos émissions favorites continueront à être présentes dans les airs, de manière invisible et à l'heure habituelle, même si vous ne pouvez pas les capter avec vos sens. Il en est de même avec le mental non localisé qui implique que vos pensées, vos mémoires et vos points de vue continueront à exister après que votre « récepteur » physique soit mort et enterré. La théorie du non localisé affirme que votre mental existait, d'une certaine manière, avant que vous soyez né.

Le mental non localisé de Dossey coïncide dans une certaine mesure avec la théorie des champs morphogénétiques de Rupert Sheldrake car les deux présentent des arguments en faveur d'une mémoire existant en dehors du corps de l'individu. Sheldrake a lui-même utilisé la métaphore de la télévision pour exposer sa théorie au grand public. Son travail suggère que l'organisme en développement s'accorde plus facilement à des « canaux » liés à sa propre espèce, des champs de connaissance collective qui influencent l'évolution de l'individu sur les plans physique, psychologique et social sur la base de schémas développés par les ancêtres d'une même espèce. Le processus par lequel ces champs exercent leur influence est appelé résonance morphique, ou résonance de la forme.

Les théories de Sheldrake affirment que le fœtus d'une jument devient un cheval parce que les cellules fœtales se branchent sur la fréquence du cheval et entrent en résonance avec le champ qui porte le schéma directeur de l'espèce, tout comme une corde accordée en do résonnera avec une autre corde accordée en do grâce à une onde sonore invisible qui se propage entre elles. Cependant, les entités biologiques sont bien plus complexes, accumulant des informations et transformant leurs réactions en réponse à l'environnement de multiples manières. En cela, Sheldrake précise que non seulement les pensées et les expériences ancestrales affectent les membres vivants de l'espèce mais que les pensées et les expériences de chaque génération nouvelle s'ajoutent et modifient le champ morphogénétique.

« Le présent ne se manifeste pas uniquement pour mourir », souligne Dossey dans ses commentaires sur le travail de Sheldrake. « Il est conservé dans un enregistrement morpho-génétique invisible qui, par la suite, apporte une contribution aux événements futurs. De cette manière, les pensées sont reversées dans l'univers, dans une sorte de banque cosmique de mémoires... Cette vision de l'univers suggère que celui-ci déborde de pensées et qu'il vit avec un mental et une conscience. C'est un point de vue qui met en valeur un mental non localisé, un mental qui n'est pas limité par le temps ou l'espace, un mental qui n'est pas contenu par le cerveau ou le corps d'une seule personne. »

Sheldrake et Dossey évoquent ce que nombre de religions et doctrines philosophiques expliquent par la notion de mental cosmique, y compris l'idée du Bouddhisme Mahayana de alayayujnana, les archives de la conscience, et la description théosophique des mémoires akashiques, où tout événement du plan physique ou mental est encodé dans de subtiles dimensions du temps et de l'espace.

La notion hindouiste et bouddhiste de karma décrit une force invisible générée par les actions d'une personne et donnant des conséquences éthiques, qui non seulement affectent l'existence présente de l'individu, mais aussi le caractère et la destinée de ses futures incarnations. Les implications de cette théorie très ancienne peuvent être comprises à des niveaux différents grâce aux champs morphogénétiques de Sheldrake.

L'interprétation populaire du concept du karma soutient que les êtres s'incarnent dans des formes qui s'acquittent des transgressions des vies antérieures. Les âmes ne cessent de se réincarner sur terre jusqu'à ce qu'elles règlent leur karma et s'échappent du cercle de la naissance et de la mort. Cependant, le karma d'une personne peut aussi

s'interpréter comme une collection de mémoires, d'habitudes et de points de vue dans le champ morphogénétique qui s'associent pour créer le profil physique et psychologique d'une personne qui doit transformer ce champ. Que l'âme se réincarne, monte au paradis, voyage vers l'Autre Monde ou devienne Un avec le Mental de la création n'est pas la préoccupation de ce modèle. Assumer ce karma avec succès transforme les éléments déréglés du champ morphogénétique humain ; un acte qui est bénéfique pour les générations futures. Les mémoires des vies antérieures qui sont accessibles par l'hypnose ou lors de moments particuliers ne sont pas nécessairement une preuve de l'existence d'un vécu. Une personne incarnée pour transformer une structure comportementale destructrice dans le champ morphogénétique humain peut tout aussi facilement avoir accès aux mémoires de l'expérience de ceux qui ont dû souffrir de cette structure comportementale dans le passé. Dans ce sens, les forces karmiques permettraient à une personne de se connecter à sa « lignée spirituelle » et de récupérer les mémoires de ceux dont elle vient achever le travail.

Bien que Sheldrake ait un doctorat en biochimie et en biologie cellulaire de l'Université de Cambridge, ses théories ont choqué les chercheurs plus conventionnels qui vouent leur carrière à découvrir comment l'ADN transporte un « code génétique » qui gouverne, d'une certaine manière, tout ce qui se passe dans un organisme en développement. Sheldrake soutient que, puisque les cellules des os, du foie et du cerveau d'un individu portent le même ADN, ces chercheurs mettent une foi extraordinaire dans la génétique en cherchant un mystérieux facteur caché, un système de contrôle interne omnipotent supervisant toutes les cellules pour qu'elles se développent en accord avec leur but spécifique.

« L'ADN, en donnant le code de la séquence d'acides aminés, permet à la cellule de fabriquer certaines protéines. C'est tout ce que peut faire l'ADN, affirme Sheldrake ; l'ADN nous aide à comprendre comment nous obtenons les protéines qui fabriquent les briques et le mortier avec lesquels l'organisme est bâti, mais elle ne nous permet pas d'expliquer comment les briques et le mortier s'assemblent dans des formes et des structures particulières. L'idée que l'ADN construit l'organisme ou programme son comportement est une extrapolation assez illégitime par rapport à ce que nous connaissons de l'action de l'ADN... Donc, ce qui commence comme une théorie rigoureuse et bien définie sur la manière dont l'ADN encode l'ARN et l'ARN encode les protéines se révèle rapidement être une sorte de théorie mystique dans laquelle l'ADN possède des pouvoirs et des propriétés inexpliqués qui ne peuvent pas être précisés en termes moléculaires. » Le « code génétique » que ces chercheurs essayent de déchiffrer à tout prix accomplit les mêmes fonctions que les champs morphogénétiques de Sheldrake. La seule différence, c'est que la biologie conventionnelle insiste pour limiter ses recherches à un « mécanisme » implanté au cœur de la matière physique et isolé d'influences « extérieures » au corps, alors que Sheldrake admet l'idée que le développement et la destinée d'un individu sont modelés par une force collective et immatérielle.

Le courant général de la génétique reste fidèle aux notions réductionnistes de la réalité, même lorsque des forces immatérielles sont acceptées dans le domaine des sciences physiques où les champs électromagnétiques et gravitationnels agissent sur des entités matérielles, parfois avec des distances incroyables comme l'attraction gravitationnelle de la Lune sur les océans terrestres. Pourtant, les biologistes traditionnels tiennent les parties les plus audacieuses de son livre comme étant à l'honneur de Sheldrake parce qu'il a eu le courage de suggérer qu'un champ invisible pouvait être le chaînon manquant pour expliquer de quelle manière un œuf de poule pouvait rester centré suffisamment longtemps dans son développement aux aspects multiples pour donner un poussin, et que ces mêmes champs pouvaient donner forme aux pensées, aux comportements et à la destinée d'un individu.

Nombre de chercheurs pionniers dans ce domaine ont déclaré que ce n'est pas tant le fait que l'ADN ne « contient » pas un code génétique mais qu'il agit comme un récepteur d'informations immatérielles. Dans leur livre, *The Living Energy Universe*, Gary E.R. Schwartz et Linda G.S. Russek exposent la théorie de la mémoire vivante universelle. En utilisant des outils et des études scientifiques attestés, ces chercheurs de l'université d'Arizona ont montré que tout système dynamique possède une mémoire ; ceci implique non seulement des organismes vivants complexes mais aussi des particules subatomiques, l'eau, les cellules, les cristaux, les batteries, les équipements électroniques, les arcs-en-ciel, les planètes et même les vastes étendues d'espace vide qui existent entre elles. Par une réflexion approfondie sur la résonance, la physique, l'homéopathie, la génétique, l'électricité magnétique et nombre d'expériences étranges mais qu'il est possible de reproduire en défiant les préceptes conventionnels de la science, Schwartz et Russek ont montré que dans l'univers tout est vivant, éternel et en évolution. Par une étrange tournure du destin, ils apportent l'évidence logique et empirique que toute idée émise, toute attention générée est retenue par l'univers comme information ou mémoire. Ils évoquent également que les formes matérielles et immatérielles de l'information interagissent et se répondent entre elles. La théorie de la mémoire vivante universelle fait grand cas de l'hypothèse, très ancienne mais pourtant toujours suspecte au niveau scientifique de nos jours, que la conscience survit à la mort et que non seulement Dieu existe mais aussi évolue grâce aux interactions, aux perceptions et aux apports de toute la création.

La théorie de Schwartz et Russek adopte l'idée d'un Big Bloom (grande expansion) opposée à la théorie du Big Bang du développement universel. Ce terme qui provient d'une note en bas de page du livre de Ken Wilber publié en 1996, *Une brève histoire de tout*, coïncide au modèle de l'univers vivant de Schwartz et Russek, pourvu de mémoire, qui se modifie de lui-même, et dans lequel toute chose est « dans un état énergétique d'un devenir créatif, un processus universel de modification en perpétuel épanouissement. »

Le « processus de mémoire systémique » au cœur de cette théorie repose sur une vision modifiée de la physique

de la résonance. En utilisant la vibration sympathique échangée entre deux diapasons, Schwartz et Russek décrivent, pour illustrer leur propos, les visions réductionniste et systémique de l'échange de l'information : « Le point de vue non systémique (réductionniste) affirme que lorsqu'un diapason A est frappé et qu'il commence à vibrer, l'air aussi vibre ; cette onde vibratoire se propage jusqu'au diapason B. Comme les deux diapasons sont identiques (taille, forme et constitution identiques), le diapason B répond à cette énergie vibratoire venant du diapason A et commence à vibrer en synchronicité avec lui. »

« Bien entendu, ce que l'on oubliait de nous dire lors de nos cours de physique au lycée, c'est qu'après que le diapason B a commencé à vibrer et à générer un son, cette vibration sonore se retransmet au diapason A, et A a ainsi la possibilité de résonner avec B ! »

Si les deux diapasons sont séparés, le diapason A porte une mémoire systémique de son interaction avec le diapason B, et vice versa. Les implications de ce processus d'influence mutuelle sont encore plus développées dans le travail de Nikola Tesla, l'inventeur du courant alternatif et des générateurs alternatifs qui ont permis d'apporter l'électricité partout dans le monde. En fait, il envisageait de faire effondrer des immeubles grâce aux mécanismes subtils mais extrêmement puissants de la vibration sympathique.

Pour expliquer de quelle manière Tesla proposait de faire vibrer un bâtiment jusqu'à en perdre sa structure, Schwartz décrit deux manières de pousser un enfant sur une balançoire : « Une des manières, c'est la force brutale. Si nous sommes assez forts, nous pouvons pousser un enfant dans un sens puis dans l'autre, et commencer chaque changement de direction par une sorte de choc. Nous pouvons nommer cette manière de balancer un enfant l'approche Big Bang. L'autre manière utilise une force douce. Pour cela, nous appliquons une petite poussée et, comme l'enfant va commencer à se balancer légèrement d'avant en arrière, nous appliquons une petite poussée à chaque cycle du balancement. Nous sommes en sympathie avec le cycle de vibration de l'enfant ; et petit à petit, l'enfant va se balancer davantage. Nous nommons cela la manière Big Bloom de balancer un enfant. »

Tesla disait que si nous mesurons le balancement subtil et spontané de l'Empire State Building, si nous balançons notre poids doucement et de manière constante en synchronicité avec ce gratte-ciel et si nous poursuivons nos interactions suffisamment longtemps, le Big Bloom de notre balancement permettrait finalement au bâtiment de s'effondrer. « Ce que Tesla réalisait, c'était que tout, absolument tout, est vibration », souligne Schwartz. Ce concept vibratoire de la réalité explique comment des forces apparemment peu importantes peuvent mettre en mouvement des objets beaucoup plus grands et plus denses avec une efficacité surprenante.

Ma conscience concernant les Ancêtres Chevaux a commencé par une sensation de pression presque imperceptible. La sensation s'est amplifiée régulièrement avec le temps jusqu'à ce qu'un édifice colossal de conditionnement culturel représentant les esprits comme des créations de l'imagination humaine s'écroule sous l'influence d'une force douce mais finalement irrésistible. L'ultime fleurissement – Big Bloom, de cet effort ancestral a culminé par une ouverture de la conscience, récompensé et renforcé par le cadeau de la rose lavande, une fleur qui, à son tour, a symbolisé l'épanouissement de la destinée de mon âme comme processus naturel à nourrir et non à forcer.

Mon désir de vivre avec cet état d'esprit plus ouvert m'a conduit à explorer des manières de communiquer avec un champ de pensées et de mémoire n'ayant auparavant pas plus de conséquence pour moi qu'une personne qui s'adoserait à l'immeuble le plus grand au monde.

Le livre de Schwartz et Russek utilise cette résonance pour esquisser un modèle pour le stockage, la récupération et l'évolution continue de la mémoire hors du corps humain. Dans ce livre, les auteurs expliquent de quelle manière les transistors et les autres récepteurs captent les signaux en entrant en résonance avec des vibrations qui leur parviennent, ceci conduisant aux possibilités théoriques pour que d'autres types d'informations plus subtiles puissent être accessibles dans le futur.

« Si la mémoire vivante universelle est finalement présente partout, franchissant le vide de l'espace, il est potentiellement possible que tout enregistre tout, écrit Schwartz. La métaphore facile à comprendre par la plupart d'entre nous est celle du développement des téléphones cellulaires. Les appels téléphoniques de centaines de millions de personnes se déversent des satellites de communication, allant partout, y compris chez moi. Mais je n'en capte aucun d'entre eux. Cependant, mon téléphone est programmé de telle sorte que s'il capte un certain signal, il se met à sonner et permet la communication. Il sert d'antenne, de tuner et d'amplificateur. »

Schwartz songe que si le Grand Créateur est partout, diffusant la mémoire universelle jusqu'aux régions les plus reculées du temps et de l'espace, en nous permettant ainsi d'avoir accès à des informations qui dépassent notre expérience personnelle, « alors comment, demande-t-il, pouvons-nous nous connecter à ces informations ? Nous avons besoin d'une Antenne Dynamique Noétique, ou bien d'une Antenne Divine Noétique. » Schwartz et Russek font partie des scientifiques qui suggèrent que l'ADN pourrait remplir ce rôle, expliquant ainsi que l'ADN ne possède pas les informations nécessaires à l'existence de l'organisme mais plutôt se connecte à elles. Pour corroborer ses conclusions, Schwartz cite le travail de l'anthropologue Jeremy Narby, de l'Université de Stanford, auteur du livre, Le Serpent cosmique : l'ADN et les origines du savoir.

« Narby pense que l'ADN pourrait agir comme récepteurs pour une classe de photons appelés biophotons. Tous les signaux électromagnétiques, y compris les signaux bioélectromagnétiques, pouvant être considérés comme des

photons, visibles et invisibles, l'hypothèse que l'ADN et les autres molécules puissent agir comme des résonateurs sélectifs pour l'information et l'énergie photonique constitue une gageure. »

Bien que la terminologie soit différente, la théorie des champs morphogénétiques de Sheldrake coïncide avec la notion de biophotons de Narby. Sheldrake précise que les champs morphiques agissent moins comme des champs gravitationnels ou électromagnétiques, et davantage comme des champs de matière quantique. Dans la théorie quantique, si deux particules qui appartiennent à un même système se trouvent séparées, elles conservent un lien mystérieux appelé la non-localisation ou la non-séparabilité quantique.

Sheldrake s'étend sur le sujet pour décrire non seulement de quelle manière les membres d'une espèce peuvent s'influencer les uns les autres à distance mais aussi de quelle manière les communications entre espèces peuvent créer leur propre champ d'influence immatériel. Ses observations concernant les relations entre les humains et les animaux mettent en évidence que les champs morphiques sont créés lorsque les créatures vivantes construisent un lien émotionnel. Plus le lien est profond, plus le champ est puissant. Lorsque les membres d'un groupe social sont séparés, ces champs leur permettent de conserver un contact et agissent comme des canaux de communication, offrant ainsi un cadre théorique pour le concept de la télépathie.

Au fil des ans, les personnes qui connaissent des expériences inhabituelles avec leurs animaux de compagnie ont adopté les théories de Sheldrake. Ce scientifique fut informé d'un si grand nombre d'anecdotes qu'il entreprit des recherches sur le phénomène de la télépathie entre les animaux et leur maître. Il écrivit donc un livre, Les chiens qui savent quand leur maître rentre à la maison, et autres pouvoirs inexplicables chez les animaux, qui donne des preuves au niveau statistique, anecdotique et expérimental en faveur de ses théories.

Lorsque, quatre années après avoir commencé à ressentir la présence des Ancêtres Chevaux, j'ai lu les écrits de Sheldrake et le livre de Schwartz et Russek, The Living Energy Universe, j'ai été soulagée de voir que leurs idées et leurs expériences coïncidaient avec mes expériences irrationnelles. Toutefois, selon les théories qui viennent d'être exposées, ma propre lignée génétique mettait à ma disposition une Antenne Dynamique Noétique pour ressentir l'appel d'une forme de connaissance entre espèces qui semblait disparue. En faisant remonter mon héritage jusqu'aux temps préhistoriques des tribus à cheval de l'Ukraine, j'ai ressenti une résonance profonde, et cependant non verbale dans un premier temps, avec une culture basée sur des schémas de pensée et de comportement à la fois humains et équins. Le mode de vie qui a émergé de ce partenariat s'est développé pendant trois mille ans avant d'être réprimé par les premiers citadins, créant un champ de mémoire collective aussi important que tout autre mouvement culturel ultérieur. Par la suite, les civilisations ont réduit le cheval en esclavage, utilisant certaines espèces comme bêtes de somme pour assujettir et conquérir le monde naturel plutôt que de vivre en harmonie avec lui.

Malgré cela, la sagesse de cette association ancestrale continuait à vivre, attendant le bon moment pour chuchoter ses points de vue aux personnes qui avaient le désir et la capacité d'écouter. Le fait que j'ai vécu en résonance avec la tribu des chevaux durant les longues après-midi d'été à l'Oasis de Graham a renforcé les compétences intuitives dont j'avais besoin pour me mettre à l'écoute de ce champ d'influence. En faisant cela, j'ai découvert que la « sagesse qui donne naissance à la forme du cheval » était vivante et continuait à évoluer en attendant le moment propice pour s'affirmer à nouveau dans le monde. Les Ancêtres possèdent une mémoire. Ils disposent aussi d'un programme. Ils ont la volonté et la créativité d'affirmer leur point de vue lorsque l'occasion se présente.

Comme je faisais suffisamment confiance à mes sens et à mon intuition pour accepter cette possibilité, j'ai compris que les Ancêtres Chevaux représentaient un point de vue systémique. Schwartz et Russek caractérisent l'approche réductionniste (ou non systémique) de la nature en liaison avec ces concepts : l'indépendance, la séparation, les systèmes fermés, les pensées et actions ayant une forme linéaire, la tournure d'esprit orientée vers les différentes parties d'un tout. D'un autre côté, le concept systémique favorise l'interdépendance, les relations, les pensées de forme non linéaire autant que de forme linéaire, les interactions circulaires à l'opposé des actions linéaires, le tout plutôt que les différentes parties et des approches flexibles et créatives de traiter l'expérience. Comparée au point de vue réductionniste, l'approche systémique est dynamique plutôt que statique, ouverte plutôt que fermée, interactive plutôt qu'active, connectée plutôt que déconnectée.

Dans The Living Energy Universe, cette tournure d'esprit est représentée comme une innovation complexe, évolutionniste, capable de redéfinir la recherche scientifique. Cependant, les chevaux avec qui je vis et je travaille agissent de manière systémique dans leur quotidien. C'est leur influence qui m'a permis de sortir d'un état d'esprit rigide, réductionniste, postconquête. Ces animaux m'ont aidée à éveiller à nouveau la vision corps-esprit socio-sensuelle et à vivre les échanges d'information au niveau viscéral qui se produisent par la résonance. Finalement, mes interactions avec les chevaux m'ont placée sur une voie que je n'aurais jamais pu imaginer dans mes rêves les plus fous. En les montant et en les entraînant, ils m'ont transformée.

## LES ESPACES LIMITOPHES

Il a fallu que j'intègre entièrement la sagesse du cheval avant de pouvoir me sentir à l'aise avec le fait d'appartenir à l'espèce humaine. Ce sentiment peut paraître paradoxal mais il est partagé par de nombreux hommes et femmes ayant beaucoup progressé au cours des programmes du Centre Epona, par des clients qui avaient des attitudes, des difficultés et des talents communs. Comme moi, ces personnes avouaient se sentir étrangères à la société dans

laquelle elles avaient été élevées. Bien qu'étant très créatives, intuitives et perspicaces, nombre de ces personnes éprouvent des difficultés avec « le monde réel. » Elles pâtissent souvent d'un sentiment intense et cependant mal défini de se sentir appelées ; ces personnes sentent qu'elles ont quelque chose d'important à accomplir au cours de leur vie. Toutefois aucun métier ni aucun diplôme existant ne retient leur intérêt bien longtemps. Certaines de ces personnes passent d'un métier à l'autre, sans but réel, entreprenant sans cesse de nouvelles études et les abandonnant six mois plus tard. D'autres supportent des années de travail ardu à un poste peu satisfaisant parce qu'elles ne voient pas ce qu'elles pourraient faire de mieux. Elles finissent par souffrir de dépression ; certaines même pensent au suicide. Deux d'entre elles m'ont confié que c'est uniquement par souci pour leur animal de compagnie qu'elles n'étaient pas passées à l'acte.

Ceci m'amène à l'une des caractéristiques les plus importantes de ce groupe de personnes : elles sont plus à l'aise en compagnie d'animaux qu'avec des humains. À cause de leur faculté d'empathie, et peut-être même de leur télépathie, ces personnes ont tendance à se sentir mal à l'aise, et parfois même paranoïaques, en présence d'autres personnes. Comme Noche, elles ressentent les émotions négatives, et quelque fois même l'agressivité, qui se cachent derrière les visages souriants, et cela les conduit à une profonde méfiance envers la race humaine. Les stratégies de protection qui naissent de ces situations d'inconfort prononcé face à des personnes émotionnellement incohérentes peuvent être fragilisantes. Certains de mes clients réagissent à cette détresse en s'isolant, en devenant réservés et solitaires. D'autres deviennent dépendants de l'alcool ou d'autres drogues afin d'atténuer leurs perceptions empathiques. D'autres encore mettent tous leurs espoirs et toute leur énergie dans une relation amoureuse, dépendant d'une unique personne pour satisfaire leur besoin de compagnie humaine, et finissent par repousser la personne aimée à cause de leur besoin extrême. Toutefois, indépendamment de leur manière d'exprimer et de gérer leur anxiété, ces personnes se demandent si elles réussiront un jour à se sentir en harmonie. Elles se sentent décalées, prisonnières dans une culture qui n'a aucun sens à leurs yeux.

J'ai désigné ces personnes comme étant des « personnalités en marge », à ne pas confondre avec le profil psychologique des personnalités dont le cas est limite. Ce terme a été inventé par Jerome S. Bernstein, analyste jungien à Santa Fé, qui, le premier, a noté ce phénomène chez l'une de ses clientes présentant nombre des caractéristiques citées plus haut. Hannah, artiste particulièrement sensible, peignait des animaux mutilés ou torturés dans des situations de stress. Comme de nombreuses personnes avec lesquelles j'ai travaillé, elle éprouvait des difficultés à faire la différence entre sa propre souffrance et celle des autres êtres. Elle vivait dans le monde cauchemardesque d'une affliction perpétuelle. Cependant, selon Bernstein, ses peintures lugubres exprimaient aussi la possibilité d'une transformation. Au début, il interprétait les histoires de conscience empathiques, la communion avec les chiens errants et les bovins envoyés à l'abattoir, comme une projection ; c'était le cas classique d'une femme ayant été victime de maltraitance et s'identifiant aux animaux qu'elle percevait comme étant dans une situation similaire. Toutefois, il s'attarda sur le cas d'Hannah. Il ressentait une certaine luminosité dans la pièce lorsqu'Hannah parlait de ses expériences avec les animaux. « Ce sentiment était lié à Hannah, cependant il était séparé d'elle, il semblait être d'une autre dimension » écrivit-il dans un article intitulé Dans les espaces limitrophes. Bernstein se mit à écouter Hannah avec plus d'attention, en essayant « de faire taire, avec soin, mon mental et ma formation. » Au début, « c'était comme si elle essayait de trouver un vocabulaire hors de sa portée, un vocabulaire qui n'existait d'ailleurs peut-être pas encore. » Cependant, alors qu'Hannah devenait plus à même d'exprimer ses ressentis, Bernstein comprenait que sa vision du monde correspondait à celle des anciens Hopis avec lesquels il avait étudié au cours de sa formation d'analyste. Les personnalités en marge et les peuplades tribales possèdent une caractéristique commune importante : elles ont une connexion psychique avec la nature, qui est inséparable de la santé mentale et physique. Cependant, ces êtres marginaux sont poussés dans un rôle auquel leur propre culture ne les a pas du tout préparés.

Sur la base de ses expériences avec Hannah, Bernstein réussit à définir une description de la personnalité des espaces limitrophes : une personne qui habite « l'espace psychique où l'ego occidental, trop spécialisé et trop rationnel, est en train de reprendre racine dans la Nature... ces personnes sont en première ligne pour recevoir les formes psychiques nouvelles qui affectent la psyché occidentale. Elles ressentent les tensions résultant de ce matériel psychique qui se reconnecte avec un ego qui résiste et se sent ainsi menacé. »

En lisant ces mots, je ne pouvais m'empêcher de penser à cette connexion génétique et psychique avec l'Ukraine, dont le nom signifie « limitrophe ». Cette puissante synchronicité suggère que les Ancêtres Chevaux habitaient non seulement une région géographique précise qui s'est fait appeler « Espace limitrophe » mais ils demeuraient aussi dans un espace psychique appelé espace limitrophe, une région non matérielle destinée à transformer les relations des humains avec la nature, et dans le cas des Ancêtres Chevaux par l'intermédiaire de la sagesse du cheval.

Bernstein décrit cet espace comme un dynamisme de l'évolution dont dépend la survie même de l'espèce. Les personnes qu'il a qualifiées de personnalités limitrophes « vivent et incarnent ces nouvelles formes psychiques dans leur vie. » En y réfléchissant, je comprenais que si l'idée de Bernstein était exacte, le phénomène ne pouvait pas se limiter aux êtres humains. Rasa elle-même avait ce type de personnalité car elle agissait comme un pont entre le royaume des humains et celui des chevaux, autant dans sa harde que dans ma pratique équestre. Les transformations mutuelles, souvent lumineuses, qui s'effectuaient dans notre travail semblaient faire référence à l'espace limitrophe, en dépassant l'aspect théorique pour atteindre le champ de l'expérience. Au cours des ateliers au Centre Epona, les interactions de tous les participants, au niveau de l'improvisation au sein du groupe, tissaient de nouvelles structures de comportement et de conscience. Le fait que j'admette ainsi que de nombreuses



personnes nous sentaient plus équilibrées, plus à l'aise avec les autres êtres humains après nous être connectées avec la sagesse du cheval et après l'avoir incarnée, faisait aussi de nous des sujets d'étude pour le concept des espaces limitrophes. De nombreuses techniques thérapeutiques utilisées au centre Epona avaient été créées grâce à un processus cocréatif entre les humains et les chevaux. Il s'agissait d'un effort commun pour amener ces nouvelles formes psychiques dans notre existence. Toutefois, le fait de mettre l'accent sur le ressenti plutôt que sur la raison ne constituait qu'une étape dans le but de réunir les deux. Le résultat final impliquait ce que Christian de Quincey caractérise comme une intuition mystique transmoderne, une manière de connaître qui inclut et intègre le mental préconquête et le mental post-conquête. Nos interactions aux limites de la conscience humaine et animale favorisaient un point de vue systémique, donnant aux personnes une expérience profonde de l'interdépendance par rapport à la nature, une évolution au-delà des étapes de la dépendance et de l'indépendance du développement entre l'humain et la nature, des étapes que nous étions censés traverser sur notre chemin d'évolution vers une vision du monde grande ouverte.

Alors que j'intégrais cette théorie à ma pratique, je comprenais toute l'anxiété de mes clients quant à l'inconfort de rester dans un état de développement psycho spirituel bloqué dans son processus d'ouverture. Plutôt que de s'orienter vers une intégration de la raison et du ressenti, ils restaient en lutte contre ce monde post-conquête, ou bien ils se bloquaient dans un mode de pensée réductionniste, destiné à créer un bon sens de la conscience de soi, de l'autonomie émotionnelle et des aptitudes intellectuelles durant l'adolescence et le tout début de la vie d'adulte. Toutefois, ce point de vue post-conquête n'était ni un but ni le sommet de l'évolution humaine. Dans notre culture, la promotion impitoyable d'une raison dissociée des ressentis, de l'intuition et de la nature, suggère que la civilisation elle-même s'est figée dans son développement. Les personnalités de l'espace limitrophe – les personnes qui sont très mal à l'aise avec cette situation, sont vraiment mises au défi de transformer cette structure, de créer des formes par lesquelles la société pourra s'unir à nouveau avec la nature dans une relation de cocréation. Ces personnes possèdent la disposition psychologique pour servir de lien entre le monde matériel et celui de l'esprit, entre la dimension humaine et celle des animaux, entre les habitudes du passé et les possibilités du futur, entre un mental localisé et un mental non localisé. Elles sont les chamans de la civilisation occidentale. Comme les guérisseurs blessés des sociétés tribales, leur incapacité à se fondre dans le flot n'est pas une forme de pathologie, mais la preuve d'une vocation à aider l'humanité à sortir de ses relations conflictuelles avec la nature. Les souffrances endurées par ces personnes croissent de façon proportionnelle aux efforts qu'elles fournissent pour ignorer cet appel.

Ceux d'entre nous qui passent la plus grande partie de leur vie à essayer de faire correspondre la fiche ronde de l'apprentissage holistique avec le trou carré du réductionnisme, ressentent une insatisfaction et une anxiété grandissantes. En formant un système d'aide entre espèces, en développant les talents qui nous causent tant de problèmes dans la société post-conquête, nous commençons tous à nous épanouir. Les clients qui avouent ce malaise d'être humains, présent en eux depuis longtemps, se sentent reconnus, renforcés et finalement véritablement à l'aise. Les artistes, qui auparavant menaient une existence frustrante, inadaptée, en marge de la société, gagnent un meilleur accès aux formes non verbales de la conscience et apprennent à intégrer et transformer sur la base de leur propre système de compréhension symbolique. Les psychologues, insatisfaits des formes conventionnelles de la thérapie verbale, développent des capacités intuitives, socio-sensuelles et empathiques. Des moniteurs d'équitation désabusés comprennent qu'ils n'ont pas besoin de s'adapter au monde des concours hippiques, et qu'ils peuvent réussir à mener une entreprise qui met l'accent sur l'approche non compétitive de l'art équestre. Les chevaux considérés comme étant trop vieux, trop handicapés, trop perturbés émotionnellement ou incapables de réussir dans le monde de la compétition excellent dans l'environnement consensuel et cocréatif de l'équithérapie et de l'apprentissage expérimental.

Dans ce sens, Noche est devenu l'une des stars les plus inattendues de l'équipe de thérapie du centre Epona. Lorsque j'ai commencé à accueillir des clients au ranch, j'ai essayé de protéger le mustang des personnes vivant des émotions fortes, limitant ses interventions à des leçons d'équitation pour débutants auprès de mes élèves les plus stables. Toutefois, l'interaction entre Joy et Noche m'a fait changer d'opinion sur ses capacités en tant que cheval pour la thérapie. Cette expérience m'incita à accueillir d'autres chevaux « à problèmes » au sein de la harde d'Epona, parmi lesquels Hawk qui réagissait, au début, au sentiment d'insécurité en devenant agressif. Ainsi, j'ai compris que les activités équestres accomplies avec une visée thérapeutique, et non compétitive, créaient les conditions pour que les chevaux et les personnes agités se guérissent mutuellement. Alors que Noche et Hawk reflétaient les états émotionnels complexes et les stratégies dysfonctionnelles de défense des personnes qui présentaient les cas les plus extrêmes, ils commencèrent à se transformer au fur et à mesure que les clients devenaient plus stables et sûrs d'eux. J'observais des victimes d'actes les plus destructeurs que l'être humain puisse imaginer stimuler des changements comportementaux chez ces animaux que des entraîneurs professionnels n'auraient pu accomplir qu'au prix d'immenses efforts. Les chevaux pouvaient faire les mêmes choses pour les personnes traumatisées. En scrutant le vaste miroir réfléchissant du mental équin, je comprenais que la guérison consistait moins à aider une personne à analyser son enfance ou à travailler vers un but bien défini qu'à la remettre en contact avec le monde dans une position affirmée et compatissante, en élargissant ainsi sa conscience afin qu'elle puisse voir à chaque instant les choses telles qu'elles sont. C'est seulement à partir de cette position avantageuse où elle peut vivre pleinement et participer au moment présent que le passé prend un sens et que le futur découvre ses potentialités.

Edward O. Wilson, professeur à Harvard et auteur de nombreux livres, dont Biophilia, explique que les êtres



humains sont génétiquement disposés à être proches des animaux, des plantes et de la nature. Au cours des milliers d'années pendant lesquelles il s'est développé, le cerveau humain a construit une structure pour communiquer avec les autres animaux et évaluer leurs comportements. Ce n'est qu'au cours du siècle précédent qu'il a été possible pour un grand nombre de personnes de s'isoler de la nature dans les jungles des villes dessinées par leurs soins. Dans son livre, *Les âmes sœurs*, le vétérinaire Allen M. Schoen suggère que la théorie de la biophilie pourrait « aider à expliquer les cas de guérison entre espèces. »

« La définition classique de la guérison est associée à l'idée de plénitude, écrit-il, et si nous reconnaissons que nous faisons partie de la nature, vivre en plénitude signifie profiter de toutes les occasions que nous offre la nature pour apaiser notre âme et notre esprit. Bien que la science n'ait pas encore une réponse claire, pourquoi ne pas dire que le fait de partager notre foyer avec un chat, un chien ou un oiseau, ou bien partager notre vie avec un cheval ou un autre animal de grande taille, apporte des bénéfices thérapeutiques qui sont plus profonds qu'une simple stimulation des récepteurs opiacés de la peau grâce au toucher ? Il se peut que, grâce au contact avec l'animal, nous stimulons des aspects de la nature profondément enfouis en nous, ravivant ainsi une connexion perdue qui nous permette d'être bien plus qu'une créature solitaire, une partie de quelque chose de plus vaste, et donc d'être plus sain, plus entier. »

Après avoir créé une alliance stable et solide avec les Ancêtres Chevaux, j'ai compris que le niveau de plénitude nécessaire pour ramener à la santé nombre de mes clients, à deux ou quatre jambes, mettait en jeu des aspects de la nature qui ne pouvaient être vus, entendus ou sentis dans des états de conscience post-conquête. Ensemble, les chevaux et moi-même, nous avons mis au point des techniques qui convenaient à l'âme et à l'esprit autant qu'au mental, au corps et aux émotions, encore que les animaux ne considéraient pas ces catégories comme distinctes. Ils agissaient déjà d'une perspective holistique.

« Il existe un aspect du mental qui est vraiment non-localisé » écrit Dosey dans l'introduction de son livre, *Recovering the soul*. « Alors cette entité devient semblable à l'âme, quelque chose qui est hors du temps et de l'espace, immortel... Faire apparaître la nature non-localisée du mental n'est pas seulement un exercice psychologique ou scientifique ; c'est aussi un exercice spirituel car la nature non-localisée du mental est comparable à l'âme. »

Dossey consacre un chapitre entier sur les relations entre les animaux et les humains en soulignant avec une attention particulière le rôle du chaman dans les sociétés tribales. Le mot chaman est d'origine russe ; il provient de saman, un mot du dialecte tungusic, en Sibérie, qui désigne une personne qui sert de pont entre le monde visible et le monde invisible, autant qu'entre le monde des humains et celui des animaux. Les ethnologues en sont venus à attribuer ce terme aux guérisseurs, aux sorciers et aux chefs religieux dans de nombreuses cultures.

Parmi les qualités qui font du chaman un phénomène multiculturel, il y a la croyance en « une sorte de conscience collective qui les relie au monde animal. Ce partage du mental avec les animaux est si intime que les chamans croient qu'il est possible de devenir véritablement un animal. » Dossey cite les réflexions de Mircea Eliade, chercheur particulièrement éminent dans l'étude des religions. Un des passages du livre *Chamanisme*, écrit en 1964 par Mircea Eliade, reflète ma propre expérience avec Rasa et les Ancêtres Chevaux avec une telle justesse que je ne peux m'empêcher de vous la livrer :

« L'animal avec lequel le chaman s'identifiait était... un animal mythique, l'Ancêtre ou le Dmiurge. En devenant l'animal mythique, l'homme devenait quelque chose de plus grand et plus fort que lui-même. Nous sommes amenés à penser que cette projection dans un être mythique pour se trouver d'un coup le centre de l'univers et du renouveau de l'existence, induit un état euphorique qui, avant de se conclure en extase, montre au chaman son pouvoir et le met en communion avec la vie cosmique. »

Dossey poursuit en faisant observer que « dans la conscience collective et non localisée qui enveloppe ensemble l'être humain et l'animal, ce n'est pas toujours l'être humain qui prend l'initiative. Quelquefois, le premier pas est fait par l'animal. Ceci est encore plus évident dans la vocation du chaman... et dans son initiation... Dans la tradition des chamans Buryat, l'animal tutélaire est appelé le khubilgan, un mot qui pourrait se traduire par métamorphose. Ainsi, l'animal tutélaire ne se limite pas seulement à permettre au chaman de se transformer ; dans un certain sens, il est son double, son alter ego. Ce alter ego est l'une des âmes du chaman. »

Au cours de mes interactions approfondies avec les Ancêtres Chevaux, je me plaçais quelquefois dans le point de vue d'un cheval qui serait devenu humain. L'histoire que les Ancêtres racontaient à propos de Rasa était une image miroir : celle d'un humain devenu cheval. Certaines personnes voudront interpréter ces expériences comme la preuve de la réincarnation de l'âme d'un cheval dans un corps d'homme, et vice versa. D'autres s'imagineront simplement que j'avais complètement perdu la raison. De toute manière, pour moi, il importait peu de savoir si j'avais été un cheval dans une vie antérieure, si je me connectais au champ morphogénétique des chevaux ou si j'étais dans le processus chamanique d'une conscience partagée avec mon Khubilgan. En tout cas, je devais rester ouverte et cependant assez centrée pour utiliser toutes les informations verbales et non-verbales que je recevais dans cet état dans le but de remplir mes obligations vis-à-vis des Ancêtres Chevaux. « Raconte cela », me chantaient-ils sans cesse, avec une intensité qui montait à chaque cycle de ce mantra à deux mots. Ceci m'a amenée à concevoir une manière de combiner mon étrange expérience de l'autre côté de la raison avec un livre sur

les relations entre les chevaux et les êtres humains. Au cours de ce processus, j'ai développé assez de courage pour sortir des limites du point de vue humain afin d'observer certains événements historiques essentiels à partir du point de vue équin.

## CHAPITRE XI

### SACRIFICE ET COMMUNION

Si, comme l'avaient montré Schwartz et Russek, tout a une mémoire, si, comme les recherches de Candace Pert le soulignent, même les organismes unicellulaires sont en relation avec le monde par les mêmes molécules de l'émotion que celles de l'être humain et si, comme mes expériences avec les chevaux le suggèrent, les animaux possèdent des opinions, des idées, des ressentis et même le sens de la volonté et le sens de leur destinée, alors qu'est-ce qui définit les êtres humains par rapport à toutes les autres créatures qui partagent cette planète ? Jean Houston, philosophe et écrivain, a posé cette question à une aborigène australienne. Celle-ci a répondu sans hésitation : « Parce que c'est nous qui pouvons raconter l'histoire de tous les autres ! »

« Toutes les histoires sont vraies », affirmait l'écrivain John Edgar Wideman. En fait, cette formulation générale peut être prise à la lettre parce que les mythes, les légendes, les paraboles et les histoires modernes évoquent toujours des forces visibles et invisibles qui affectent notre vie. Sans l'apport régulier et les révélations de ces récits, ces processus interconnectés et en évolution constante continueraient à nous influencer de manière inconsciente et nous vivrions notre vie à la merci des impulsions et des réactions dont nous n'aurions que peu ou pas conscience.

Bien avant de découvrir les théories de Sheldrake, Dossey, Schwartz et Russek, le mental collectif connu de moi sous le nom d'Ancêtres Chevaux se présentait lui-même comme « la sagesse qui donne naissance à la forme des chevaux. »

Par mes interactions avec ce champ d'influence immatériel, j'étais exposée à la notion selon laquelle tout dans l'univers naît de la lutte de la pensée et du sens qui tente de s'exprimer dans une forme. Je percevais alors la peinture, les équations mathématiques, les symphonies, les livres, les étoiles, les nuages, les chevaux, les gens et leurs histoires comme des processus ou des matériaux porteurs d'information. C'était le concept le plus fondamental pour m'aider à faire face aux expériences étranges que je vivais de plus en plus souvent. Plutôt que d'essayer de les expliquer en termes rationnels ou de ne pas y prêter attention en les considérant comme des illusions, je décidais de ne pas chercher à savoir si mes visions, et les mythes qu'elles éveillaient, étaient réelles ou non. Contrairement à cela, je les considérais comme des sources d'informations intéressantes qui pouvaient être interprétées sans chercher à les prendre à chaque fois de manière littérale ; aussi, on peut obtenir des idées intéressantes à partir de l'Odyssée d'Homère, d'Huckleberry Finn de Mark Twain ou de L'œuvre de Dieu, la part du diable, de John Irvins. Ma capacité à déchiffrer les éléments déconcertants de ma propre vie m'a motivée à créer des techniques et développer des points de vue capables d'aider les autres personnes à gérer des expériences dramatiques et traumatisantes. Cette tournure d'esprit thérapeutique était liée aux prémisses systémiques selon lesquelles tout est lié et possède un sens ; cette notion est contredite par les philosophies réductionnistes. Dans ce sens, la guérison tient au fait de faciliter un changement si fondamental dans les perceptions que la personne se trouve alors amenée à remettre en question les prémisses les plus élémentaires de la société. Elle doit être capable de supporter la dissolution de son image personnelle définie par sa culture et elle doit faire face au vide qui existe entre son personnage familier et son Soi authentique qui est en train de naître avec sa pleine puissance. Elle doit être prête à mourir pour renaître.

Aucun thérapeute, aucun prêtre, aucun guérisseur, aucun parent, aucun enseignant et aucun modèle de vie ne peuvent le faire pour quelqu'un d'autre. Les personnes qui veulent faciliter le processus peuvent créer un espace de sécurité et de soutien dans lequel cela peut s'effectuer, mais seulement lorsque la personne est prête. Un thérapeute peut écouter ; il peut aider à interpréter ce qui est étrange dans ce qui est vu ou entendu. Il peut prendre la responsabilité de ses propres ressentis pour ne pas provoquer une personne qui sombre dans un état de conscience particulièrement vulnérable. À certains moments, il peut même agir comme un agent catalyseur de changement. Cependant, il aide principalement en étant présent.

La plupart des gens ont peur du « rien ». Ils préfèrent s'adapter à un système erroné ou malhonnête qui procure une sécurité à leur perception de la réalité. Ils préfèrent survivre dans une hiérarchie rigide plutôt que de s'épanouir dans les ambiguïtés de la liberté. La liberté demande un pouvoir intérieur et non extérieur. Elle vous enlève le tapis culturel de dessous vos pieds et vous plonge dans les limbes des possibilités infinies, créant un vide qui ne peut être traversé que par la plus divine interprétation de la créativité : la présence du mental, du cœur et de l'âme afin de concevoir quelque chose à partir de rien, sentir cela s'épanouir en vous et finalement supporter la souffrance et les conséquences de la mettre au monde. La capacité à donner naissance à un enfant par l'intermédiaire d'un esprit est l'image religieuse qui réside au cœur du christianisme, du taoïsme et d'autres religions. Mais c'est aussi une image fondamentalement pratique pour aider les personnes à évoluer dans les espaces de la transformation.

C'est parce qu'il faut tant de courage pour faire face à ce qui n'a pas de forme, parce que notre culture ne nous a pas préparés à cela, parce que la société telle que nous la connaissons changerait profondément si nous étions capables d'accueillir l'ambiguïté, que la plupart des personnes préfèrent stagner dans la sécurité de ce qui est connu plutôt que d'évoluer dans l'incertitude créative de l'inconnu. Celles qui vivent une vie confortable vont rarement vers le changement. Celles qui ont été profondément trahies par le système, celles-là sont prêtes à la nouveauté. En percevant l'univers comme un système intelligent de pensées, de mémoires et de sens interconnectés en constante évolution, la souffrance ressemble davantage à un appel. Comme Lao-Tseu le faisait remarquer : « C'est dans le

malheur que repose le bonheur. »

L'appel peut venir de la pauvreté, de la perte d'un être cher, d'une maladie, de la dépression, d'une insatisfaction chronique, ou simplement d'un choc psychologique qui nous chuchote : « Quelque chose ne va pas bien. » Le Bouddha est né avec la richesse et le pouvoir, pourtant sa quête fut amenée par un malaise indéfini qu'il ne pouvait plus ignorer, la sensation que sa vie de confort était vide et n'avait aucun sens. Que la motivation provienne d'une anxiété physique, mentale ou spirituelle, ceux qui cherchent à faire cesser cette souffrance, avec toutes les perspectives qui l'accompagnent, ouvrent leur cœur, leur mental et leur âme à d'inimaginables horizons pleins de nouvelles possibilités. Ceux qui sont proches d'une personne qui traverse une telle transformation ne peuvent rien faire d'autre que d'être inspirés ou d'avoir peur, car ce processus attire les forces les plus puissantes de la guérison par la métamorphose. « Bénis sont ceux qui ont faim ou soif car ils seront rassasiés », disait un homme qui a résisté à toutes les séductions terrestres pour suivre sa destinée.

Selon la théorie de la Mémoire Vivante Universelle, ses mots résonnent encore en écho dans le cosmos, bien qu'il soit difficile pour un mental post-conquête d'entrer en résonance avec leur sagesse. Schwartz et Russek ont beaucoup écrit dans ce sens : « La grande figure religieuse de l'histoire appelée Christ, ainsi que d'autres figures importantes des religions qui sont venues avant lui, comme Bouddha, a modélisé sans réserve ce que la science nomme maintenant la théorie du modèle vivant. Grâce à la logique du processus de la mémoire systémique, nous trouvons un appui scientifique pour l'hypothèse spirituelle controversée selon laquelle le Christ peut être non seulement vivant et éternel mais aussi en évolution en tant que système énergétique vivant. » La théorie de Sheldrake complète cette notion en suggérant que les habitudes peu efficaces, mais installées depuis longtemps dans le champ morphogénétique humain, ont parfois besoin d'une figure charismatique surnaturelle pour produire un changement et apporter à l'existence de nouvelles formes psychologiques et comportementales.

La prédilection des humains pour la violence, la dissociation et le contrôle sur l'autre forment un schéma d'une telle constance qu'il est difficile de résister à ces impulsions, même si de nombreux êtres éveillés au cours de l'histoire ont donné le modèle d'une façon d'être au monde meilleure et plus ancrée dans la réalité. Cependant, lorsqu'une personne arrive au point où les paroles du Christ, du Bouddha ou de Lao-Tseu prennent un sens, les perspectives réductionnistes commencent à perdre leur pouvoir, et le lion ne peut rien faire d'autre que de s'allonger à côté de l'agneau.

## DES SAUVAGES CIVILISÉS

Pour célébrer l'ouverture du Colisée romain, en l'an 79 de notre ère, l'empereur Titus a organisé des jeux de cirques qui se sont déroulés sans interruption pendant cent jours. Les gladiateurs n'étaient pas la seule attraction. Avant que les lutteurs professionnels ne s'affrontent l'après-midi, il y avait les exécutions publiques à l'heure du déjeuner et « la chasse aux bêtes » dans la matinée. De nombreuses personnes arrivaient dès le matin pour voir des créatures exotiques, en provenance des coins les plus reculés de l'empire, courir dans l'enclos, esquivant les flèches, les lances et les sabres. Il est dit que durant la première journée, cinq mille animaux ont été abattus « avec un certain degré de cruauté. » Parmi les édifices de service qui entouraient l'arène, il y avait un immense charnier pour tous les cadavres produits par cette forme cruelle d'amusement. Les empereurs qui se succédèrent essayaient toujours de faire mieux que leur prédécesseur et gardaient leurs résultats pour la postérité. L'un d'entre eux réussit à battre Titus en organisant pendant cent vingt-deux jours des jeux au cours desquels on raconte que onze mille personnes et dix mille animaux furent massacrés. Cicéron attribuait à ces carnages bien plus de valeur qu'à de simples jeux. Ce personnage de l'histoire de Rome appréciait les jeux car il disait qu'ils désensibilisaient les gens de la vue du sang, les préparant ainsi aux batailles. Le vaste empire romain était dirigé par la force et l'intimidation. Durant quatre siècles, les jeux ont été florissants dans tout cet empire, et les prisonniers capturés pendant les conquêtes constituaient une source bien commode pour l'amusement du peuple. Les persécutions des premiers chrétiens offraient aussi tout ce qu'il fallait pour les « spectacles ». Cependant, puisqu'elles refusaient de se défendre, ces personnes étaient généralement déshabillées par des ours, des lions ou d'autres grands prédateurs afin de capter l'intérêt.

Les spécialistes ont proposé de nombreuses explications à ces jeux sanguinaires, mais ils considéraient surtout cela comme le dérivé d'un système de valeur qui privilégiait le contrôle sur la nature et les ennemis. Constantin le Grand bannit finalement ces jeux, en l'an 325 de notre ère. Les experts ont reconnu l'influence de la chrétienté et le coût exorbitant que représentait l'importation d'animaux exotiques comme étant des facteurs essentiels ayant conduit à l'abandon du Colisée.

Nombre des personnes que j'ai rencontrées dans des associations de protection de l'environnement, de lutte pour le droit des animaux ou dans des structures qui proposent des thérapies assistées par des chevaux, affichent un certain dédain pour le Christianisme en le citant comme influence majeure dans l'utilisation de la nature en tant que produit dans la société moderne. Pourtant, à ma grande surprise, les Ancêtres Chevaux ont montré une grande affinité avec le message original de Jésus-Christ.

Voilà un homme qui donnait de la valeur aux perspectives nomades et non prédatrices à l'une des périodes les plus barbares de notre histoire. Il est né dans une étable et a été déposé dans une mangeoire. Il encourageait les gens à abandonner leurs possessions et à cheminer sur terre en laissant Dieu, par l'intermédiaire de la nature, pourvoir à

leurs besoins. Il n'aimait pas la violence, même pour se défendre. Finalement, son influence passait non par la force, le contrôle ou même de brillantes argumentations intellectuelles, mais par la communion, une forme d'engagement personnel si intime que celui-ci a été symbolisé par la consommation de sa chair et de son sang. Ces gestes défirent avec tant de profondeur les bases de la civilisation gréco-romaine que le Christ fut capable de retourner le flux croissant de la violence en trente-trois années d'existence terrestre au cours desquelles seulement trois années furent véritablement consacrées à prêcher dans sa région. Avec tous les conflits que nous endurons à notre époque, nous utilisons les stades pour des matchs de football et non plus pour des exécutions publiques, des massacres d'animaux ou des luttes de gladiateurs. Si la chrétienté n'était parvenue qu'à éradiquer les distractions sanguinaires des romains, rien qu'en cela, la réussite eût été admirable.

À l'époque où les Grecs combinaient la logique à la conquête et où les romains étaient engagés dans des luttes prédatrices pour le pouvoir, le Christ parlait d'amour, de sacrifice et de communication venant du cœur. La plupart de ses pensées étaient livrées sous forme de paraboles et d'allégories, des formes de discours émergeant directement d'expériences non verbales. Son propre éveil spirituel ne fut pas tant une illumination qu'une immersion dans le flot de l'émotion, des connaissances intuitives et dans les courants de la sagesse collective qui s'écoulent juste sous la surface de la conscience. Depuis cette période, le baptême est resté le sacrement essentiel de la religion qu'il inspira, juste après la communion.

En reconsidérant son histoire avec le point de vue des Ancêtres, je reconnaissais l'image du lion qui se couche près de l'agneau au paradis comme la formule judéo-chrétienne de la psyché humaine bien équilibrée dans laquelle le prédateur fonctionne en harmonie avec la proie. À une époque où la civilisation humaine s'identifiait presque exclusivement aux comportements des prédateurs, le Christ se déclara lui-même l'Agneau de Dieu, afin de créer un modèle puissant capable de rétablir l'équilibre. Au cours de la Cène, il offrit sa vie en nourriture aux autres par le partage symbolique de sa chair et de son sang. Par cet acte, il démontrait qu'il ne faisait pas face à l'exécution simplement comme le martyr d'un système de croyance, il prenait le rôle de la proie de manière suffisamment publique et dramatique pour réveiller cet élan chaque fois que cette histoire serait racontée.

L'idée d'un être humain adoptant et acceptant en conscience ce rôle est non seulement associée à la maîtrise personnelle mais aussi à la capacité de transformer la créature qui mange cette chair. Le Bouddha, dans l'une de ses incarnations précédentes, en tant que prince Mahasattva, se jeta lui-même entre les griffes mortelles d'une tigresse affamée accompagnée de ses quatre petits. Comme le dit la légende, non seulement ceci lui permit de progresser vers l'éveil dans la vie suivante, mais les prédateurs qui ont continué à grandir grâce à son sacrifice se réincarnèrent comme les cinq premiers disciples de Bouddha. Le symbole prédateur/proie pour l'unité humaine a fait aussi son chemin chez ceux qui ont été appelés païens, en particulier par l'association des Celtes avec le cheval. Lorsque les premières tribus celtiques sont entrées en contact avec les nomades des steppes eurasiennes, ces ancêtres des Européens ont intégré non seulement l'art équestre dans leur société mais également le concept prédateur/proie de l'équilibre. Des statues de la déesse cheval Épona montrent une femme entourée de chevaux, de chiens, et parfois d'un serpent, emblème de la guérison chez les Celtes. À un niveau symbolique, cette image suggère la coopération des aspects prédateur et proie dans la psyché humaine ; le serpent qui souligne les qualités transformatrices de la réunification de ces aspects opposés par la présence d'un archétype féminin.

Les tribus qui ont domestiqué ces animaux en Ukraine, quatre mille ans avant notre ère, étaient autant influencées par le comportement équin que par le comportement humain, et elles étaient capables de dominer les armées gigantesques des Grecs et des Perses parce que ces premières cultures équestres préféraient la fuite à la lutte comme stratégie guerrière honorable. Ces habitants de cités revenaient de leurs campagnes dans les steppes avec des histoires de guerrières qu'ils appelaient amazones et que leurs interlocuteurs trouvaient aussi fantastiques que les légendes des harpies et des cyclopes. Cependant, à l'époque du Christ, les descendants de ces tribus avaient évolué vers une société patriarcale et semi-nomade. Ils étaient influencés par leurs relations commerciales avec les romains et les Grecs qui considéraient que le fait de donner le pouvoir aux femmes était de la pure folie. Alors que les formes féminines de la sagesse perdaient leur statut dans les steppes, les cultures nomades ultérieures, y compris celles des Cosaques et des Mongols sous le commandement de Genghis Khan, sont devenues plus cruelles et prédatrices. Malgré cela, chez les Mongols la mythologie de la création continuait à souligner l'importance de l'union des caractéristiques des prédateurs et des proies dans l'âme humaine ; en effet, il était dit que le premier homme était né de l'union d'un loup et d'une biche. Les deux figures animales étaient d'égale importance au niveau totémique, même si les guerriers invoquaient le pouvoir plus agressif du loup pour les aider au combat. Pourtant, ce peuple reconnaissait que le cheval, animal domestiqué disposant des mêmes qualités féminines, en tant que proies, que les cervidés, était l'élément qui permettait de gagner des batailles. Pour des raisons mythologiques et pratiques les femmes mongoles conservaient un niveau politique, social et légal inhabituel dans les autres sociétés asiatiques ou du Proche-Orient.

La montée du fondamentalisme islamique au cours des dernières décennies a été également tempérée dans les tribus modernes liées aux chevaux. Thomas J. Barfield, professeur et président du département d'anthropologie à l'université de Boston, a fait des recherches sur le nomadisme pastoral au Proche-Orient et en Asie centrale. Au cours de ses voyages en Afghanistan, il a remarqué que les femmes nomades n'étaient pas soumises aux mêmes lois d'isolement de port du voile imposé de façon impitoyable dans les villages et les villes.

Ces lois, déjà très rigoureuses, avaient été renforcées lorsque les Talibans ont pris le pouvoir en 1996. Durant cette



période, les femmes des villes étaient lapidées en public, simplement pour avoir laissé voir un bras ou avoir omis de mettre leur burka. Les femmes devaient porter des chaussures qui ne faisaient pas de bruit afin de ne pas être entendues et les vitres des fenêtres de leur maison devaient être peintes afin qu'elles ne soient pas visibles de l'extérieur.

Les recherches de Barfield avaient eu lieu avant que les Talibans ne prennent le pouvoir et il n'avait pas eu d'informations directes concernant les cultures pastorales sous ce régime. Pourtant, les différences de traitement entre les femmes sédentaires et nomades étaient si prononcées qu'il disait « qu'il aurait été surpris que les Talibans puissent imposer le port du voile chez les femmes nomades comme cela se faisait dans les villes. »

En prenant comme exemple le rôle important que jouent les juments au sein d'une harde, les tribus nomades gardaient un partenariat égalitaire entre les sexes, qui a continué bien après que les femmes perdent leur pouvoir dans les communautés sédentarisées de l'Orient, du Bassin méditerranéen et du Moyen-Orient. Parmi les squelettes de guerriers Scythes et Sarmates découverts de l'Ukraine au mont Altaï au cours du xx<sup>e</sup> siècle, nombre d'entre eux ont été attestés comme étant ceux de jeunes femmes. De plus, les écrits de l'époque préchrétienne, y compris les écrits d'Hérodote, montrent que les Grecs considéraient les nomades des steppes comme des barbares parce que les femmes étaient des participantes actives dans ces sociétés en relation avec les chevaux et elles jouaient souvent des rôles importants. Cela et d'autres faits contredisent fortement les théories adoptées par des historiens comme Marija Gimbutas dont les suppositions décrivent ces personnes comme des barbares assoiffés de sang, dirigés par les hommes, déterminés à détruire l'Éden paisible des colonies agricoles qui vénéraient des déesses. Sauf lorsque leurs étendues herbeuses étaient envahies ou que leur survie était menacée, il était très difficile d'entrer en conflit avec ces tribus indo-iraniennes, précisément parce qu'elles n'avaient aucune ville à défendre.

Comme les chevaux qu'ils montaient, les nomades des steppes préféraient fuir plutôt que se battre. Hérodote lui-même rapporte un certain nombre d'anecdotes bien imaginées qui illustrent leur habitude exaspérante de disparaître dans l'immensité de leurs prairies à la plus légère provocation. En dépit des évidences de plus en plus nombreuses attestant le contraire, les féministes continuent à décrire les nomades comme des envahisseurs patriarcaux, responsables de l'éradication d'un vaste réseau de communautés agricoles, tempérées et matriarcales, au cours de la « dernière crise néolithique. » Cependant, les études anthropologiques de ces tribus nomades, concernant le passé ou le présent, montrent qu'il est plus difficile pour les cultures nomades d'opprimer les femmes, ce qui indique par là que le déclin du paradigme matriarcal est bien issu de la sédentarisation et donc de la civilisation elle-même.

Le monde moderne est encore très influencé par l'héritage gréco-romain, une « innovation » culturelle qui a réprimé activement les formes de sagesse féminine et nomade, assimilant finalement un christianisme édulcoré parce que ce mouvement ne pouvait pas être complètement maîtrisé ou ignoré. Malgré cela, la mentalité post-conquête des Grecs, renforcée par le talent romain pour la brutalité, fut à peine, et à de rares occasions, tempérée par les perspectives non-prédatrices du Christ. Alors que la civilisation s'est propagée à travers l'Europe, puis jusqu'au Nouveau Monde, les politiciens, les guerriers et les entrepreneurs, avides du butin de la guerre, ont joint leurs forces à celles d'une Église officielle avide de pouvoir, et ils ont utilisé la tactique punition/récompense de l'idéalisme, citant des versets de la Bible en dehors de leur contexte pour se justifier ou détourner l'attention des gens de leurs carnages et de leurs destructions. Ceci représente la plus profonde incohérence au cœur de notre société.

La Bible contient une sagesse collective engrangée par la culture nomade. La plus grande partie de ce qui semble paradoxal dans les écrits sur Moïse ou Jésus, et les innombrables autres personnes qui ont contribué à cet ouvrage aux multiples facettes, prend tout son sens dans le contexte d'un mode de vie non-sédentaire. Dans la Genèse, lorsque Dieu accepte le sacrifice de l'agneau d'Abel plutôt que les offrandes des fruits du travail agricole de Caïn, le Grand Organisateur du Destin établit une préférence pour la vie pastorale, une vie qui obéit aux cycles des saisons et aux besoins des animaux, une vie qui représente l'interdépendance systémique de l'homme et de la nature. Alors que mes interactions intuitives avec les Ancêtres Chevaux me dirigeaient vers cette interprétation, je comprenais que ce n'était pas une idée originale mais quelque chose qui émergeait souvent de la collaboration des humains avec les animaux ou avec la nature.

L'écrivain Daniel Quinn, récompensé pour son livre *Ishmael*, et Jim Corbett, écrivain brillant cependant moins connu, auteur de *Goatwalking*, ont utilisé l'histoire de Caïn et Abel pour faire la même remarque. Dans ce sens, l'impulsion de Caïn à tuer son frère et à construire la première cité représente l'animosité mortelle dont les peuples nomades ont été victimes de la part de la culture sédentarisée dès les premiers temps du monde.

Dans le roman de Quinn, le narrateur découvre cet espace de sagesse en communiquant télépathiquement avec un gorille qui parle de « ceux qui laissent », les chasseurs-cueilleurs qui vivaient en harmonie avec la nature, et de « ceux qui prennent », les habitants des villes qui ont vu le jour avec la révolution de l'agriculture et dont le but était de conquérir toutes les autres formes de vie en détruisant de nombreuses espèces dans ce processus. Corbett décrit les compréhensions philosophiques et religieuses qu'il reçut en « marchant avec les chèvres », en errant dans le désert en compagnie d'un troupeau de chèvres, et en menant une vie de nomade pendant de longues périodes. Par cette pratique, il se reconnectait à la version judéo-chrétienne sabbatique de « ne rien faire » destinée à apporter des intuitions spirituelles et un renouveau.

Comme punition du meurtre de son frère, précise Corbett, Caïn a oublié la signification du Sabbat et a perdu contact avec la puissance rédemptrice de la nature. « Pendant des millénaires, le peuple sémite a appelé la nature sauvage du nom de « Terre de Dieu », à la différence des régions qui étaient conquises et transformées selon les désirs des hommes... Le jour du Sabbat est un moment pour prendre du recul par rapport au monde, pour se reposer et pour jouir des bienfaits de la Création. Durant les années sabbatiques, chacun doit cesser de cultiver la terre, en vivant plutôt de ce qui pousse spontanément dans la nature sans être cultivé. Les dettes doivent être annulées et les esclaves doivent être libérés. La terre n'est plus considérée comme une propriété pendant cette année de jubilé ; personne ne doit assujettir en permanence la terre ou une autre personne. »

Toute notre civilisation souffre de cet oubli de Caïn. Nous sommes devenus une civilisation obsédée par le succès, conduisant à une multitude de maladies dues au stress ou à des actes de violence liés à l'avidité. « Les personnes sédentarisées, souligne Corbett, travaillent sans relâche pour transformer et posséder la terre parce qu'elles ne peuvent vivre que dans des habitats construits par les hommes, où elles sont soumises et utilisées par ceux qui contrôlent le territoire. Les nomades, au contraire, vivent la vie de manière sabbatique, comme s'il s'agissait d'un cadeau venu « de la Terre de Dieu. » En rejetant la voie de Caïn, la foi prophétique rappelle ses origines nomades lorsque celui-ci offre ses premiers fruits, en commençant avec les mots : « Mon père était un cimarron araméen. » (Dt 26 : 5). Du Tibet au Maroc, du Kazakhstan au Baja, les nomades s'identifient au cimarron, l'animal domestique qui devient sauvage, l'esclave qui s'échappe et qui sait comment faire de la Terre de Dieu sa demeure... ouvrant la conscience nomade à des idées intuitives inconnues des personnes qui vénèrent leur maître propriétaire parce qu'elles ne peuvent vivre que dans les frontières illusoire d'un monde créé par des mains humaines. »

Dans son livre *Goatwalking*, Corbett déplore l'apport post-conquête d'un idéalisme incohérent : « Dans une société qui lutte contre l'homme et la nature, une religion de paix et d'amour peut être rêvée dans ses principes, ses rituels et un monde de l'au-delà, alors qu'elle professe à ses fidèles de continuer à vivre par la conquête. » Selon Corbett, « Choisir la liberté, c'est arrêter de collaborer avec la violence organisée... Apprendre à vivre en correspondance avec une voie écologique et non en s'adaptant à la hiérarchie dominant/dominé ouvre la conscience humaine à une autre sorte de société basée sur l'égalité des droits pour chacun d'exprimer sa créativité. »

Dans les cultures pastorales traditionnelles, le côté prédateur de l'homme protège la harde. Les animaux ne sont pas traités comme des produits mais comme les membres d'une communauté multi-espèces. Lorsque le troupeau est abattu, il s'agit d'un acte sacré dicté par la nécessité, destiné non seulement à équilibrer la population afin de garder une harmonie avec l'étendue du territoire, mais aussi, pour certaines tribus, pour se fondre en conscience avec la sagesse collective de cette espèce. La plupart du temps, ces personnes vivent des produits laitiers et, dans certaines tribus, du sang des membres vivants de la harde.

En cherchant des informations sur les cultures pastorales modernes, j'ai découvert un livre fascinant écrit par Linda Schierse Leonard sur les tribus nomades de Sibérie. Le livre *Creation's Heartbeat : following the reindeer spirit* parle de son séjour auprès du peuple Even, une culture physiquement et spirituellement reliée aux troupeaux de rennes migrateurs.

« Les âmes des personnes et celles des rennes sont en relation et en interdépendance, fait-elle observer. Chaque Even a une relation privilégiée avec un renne vivant qui est son esprit guide... Sans son renne, un Even n'est pas un être humain, me disaient les anciens, puisque la nature d'une personne est mi-humaine et mi-renne. Dans un sens profondément spirituel, les membres du peuple Even sentent qu'ils sont des rennes et que les rennes communiquent avec eux. »

Les cultures traditionnelles qui vivent en relation intime avec la nature, en particulier celles qui sont basées sur une relation intime et symbiotique avec un animal spécifique, ont beaucoup de tabous sur la préparation humaine et pleine de respect de la nourriture. Le rite Kascher de la religion juive, au cours duquel un saint homme bénit chaque créature avant qu'elle soit tuée, est le seul vestige que nous ayons gardé de cette attitude dans la société occidentale. Cette tradition interdit formellement la cruauté envers les animaux et définit les procédures spécifiques, les prières et l'état d'esprit nécessaires pour effectuer un tel sacrifice. Il est intéressant de noter que les règles Kascher interdisent l'ingestion du sang, parce que cela pourrait « unir les vies humaine et animale en un seul courant. » Lorsque le Christ a offert son sang et sa chair au cours de la Cène, cet acte symbolique puissant aurait pu être aisément compris comme un acte pour unir son courant de vie avec celui de ses disciples. Chez les Even de Sibérie, peuple qui se croit mi-homme et mi-renne, l'ingestion du sang des rennes est coutumière. Les liens profonds tissés entre les membres à deux jambes et ceux à quatre jambes d'une telle communauté montrent avec encore plus d'évidence pourquoi le Christ passait avec une telle facilité d'une métaphore dans laquelle il était berger à une métaphore dans laquelle il était agneau. D'une certaine manière, la communion était une tentative pour équilibrer les crises de folie meurtrière du monde gréco-romain, en offrant une puissante transfusion de sagesse non prédatrice dans le sillage d'une violence croissante. Selon les théories modernes qui présentent l'ADN comme un tuner pour le mental non localisé, le Christ a peut-être offert sa chair et son sang aux autres afin qu'ils remplissent leur corps de son essence au niveau cellulaire, leur permettant ainsi d'entrer en résonance avec son message et sa mémoire vivante et active bien longtemps après qu'il ne disparaisse, lui et le mode de vie qu'il représentait. Les doctrines de l'Église insistent sur le fait que le pain et le vin sont véritablement transformés en chair et en sang de Jésus par la communion, suggérant ainsi que la mémoire vivante universelle du Christ est activée et concentrée par l'absorption de ces substances consacrées « en mémoire » de lui.

Les instructions concernant la diffusion de la bonne parole du Christ à travers le monde n'étaient pas destinées à convertir les « tribus sauvages » à un mode de vie sédentaire, mais à garder le point de vue nomade vivant là où les citadins essayaient de soumettre l'homme et la nature au culte matérialiste et déconnecté de la propriété. Je me sers de la culture gréco-romaine comme principal exemple de cette tendance à cause de son influence dominante dans l'histoire occidentale comme porteuse du point de vue post-conquête. Des écrivains comme Homère et, comme je l'ai découvert plus tard, le poète romain Ovide rapportent des preuves d'un temps qui remonte aux guerres troyennes, époque où les sociétés étaient encore guidées par l'éclairage intuitif des mythes, du mystère et de l'émotion pour équilibrer les forces émergentes de la raison. Même Aristote, qui a établi les bases de la logique formelle, soutenait une interprétation organique de l'univers comme processus vivant, en opposition au mécanisme. Toutefois, avec le temps, la raison a vaincu le ressenti et l'intuition, en les réprimant et même en les proscrivant aussi adroitement que les Romains ont cherché à soumettre tout le reste de l'Europe.

Cependant, de l'Égypte à la Chine, en passant par l'Inde et le Moyen-Orient, toutes les cultures sédentaires se sont engagées dans les mêmes schémas d'assimilation forcée, dans l'accumulation de biens matériels, la soumission des femmes et de la nature, autant que les associations maléfiques avec des propriétaires/maîtres qui pensent que leur autorité doit être plus forte que celle des citoyens de plus basse classe ou des serfs. Même dans l'Amérique du xxi e siècle, notre prétendue démocratie perpétue ce modèle dans les hiérarchies du monde du travail. Les dirigeants des grosses sociétés, et toute leur cour, soumettent leurs employés à un nombre d'heures de travail de plus en plus élevé tout en leur donnant une quantité toujours moindre d'argent et des bénéfices qu'ils méritent. S'ils se plient au système, sacrifiant ainsi le Sabbat, leur propre sentiment d'autorité intérieure, et leur vie de famille, certains d'entre eux gagneront la faveur de leur maître, mais toute personne qui veut entrer dans ces rangs doit accepter les doctrines de la conquête, du matérialisme, de l'obsession de la réussite et de l'idéalisme incohérent.

À l'aube de cet héritage judéo-chrétien, Abel a reçu une bénédiction divine pour cette perspective nomade pastorale naissante. De l'autre côté, son frère Caïn représentait le mode de vie sédentaire dans laquelle la nature est soumise au service des besoins humains. Lorsque Dieu a blâmé ses offrandes et le mode de vie qu'il représentait, Caïn s'est rebellé en tuant son frère nomade et en construisant la première cité, une structure que la civilisation a sans cesse répété jusqu'à ce que le mode de vie que représentait Abel soit éliminé. Les visions apocalyptiques qui ont fait jour après la mort du Christ ont émergé à un moment où le point de vue pastoral était complètement éradiqué par l'expansion romaine. Toutefois, sa résurrection signifie que la sagesse qu'il représente a survécu dans un champ immatériel d'influence qui tente de manière active de s'imposer dans le monde. Du point de vue nomade, nombre des prédictions effrayantes contenues dans le Livre des Révélation se sont déjà produites : nous vivons dans un monde dirigé par l'Antéchrist, dans une culture sédentaire, réductionniste, avide de pouvoir, sadique et en adoration devant l'argent, déconnectée de la nature et des forces de vie créatrices présentes en elle. La promesse du retour du Christ est l'assurance divine que le partenariat systémique, compatissant, co-créatif entre l'homme et la nature, incarné dans un premier temps par les cultures pastorales, reviendra au bon moment.

Nombre d'entre nous écoutent les paroles du Christ dans nos églises et entendent les politiciens citer la Bible, pourtant notre culture est loin de vivre le message du sauveur nomade. Contrairement à Athéna, la déesse maîtresse de la vie citadine et de la guerre, archétype féminin sorti directement de la tête d'un dieu, Jésus est né d'une vierge sans l'influence plus agressive d'un homme pour amoindrir son message fait de compassion et d'émotion. De plusieurs manières, les épisodes de sa vie et les traces de son héritage peuvent être interprétés comme un ensemble de valeurs féminines s'affirmant dans une culture gréco-romaine extrêmement prédatrice et intensément masculine. Jésus s'est incarné dans le corps d'un homme parce qu'aucune femme n'aurait pu se faire entendre dans un tel contexte mais son message est beaucoup plus yin que yang.

Dans son livre, *Creation's Heartbeat*, Linda Schierse Leonard perçoit un message de rédemption dans le mode de vie nomade et pastoral, un message qui correspond à ceux que j'ai reçus des chevaux et que j'ai rencontrés à nouveau dans les paroles du Christ et de Lao-Tseu, deux hommes qui reçurent leurs visions par l'eau et la nature sauvage et revinrent pendant une courte période dans les cités pour répandre la sagesse des proies. « Dans cette période sombre, écrit-elle, nous devons reconnaître et encourager une énergie féminine nouvelle, une énergie douce et attentionnée, ni autoritaire ni apeurée. Nous avons besoin d'une force féminine qui soit incroyablement extatique et cependant assez résolue et tenace pour traverser la Nuit Sombre du Monde. Nous devons être assez conscients, courageux et patients pour descendre dans les profondeurs de la psyché afin d'y attendre la révélation et l'accepter. » Pour Leonard, cet esprit de transformation est incarné dans les peuplades qui migrent avec les rennes.

« De nos jours, nous sommes en quête d'espaces sacrés dans lesquels nous pouvons évoluer librement, selon notre nature. Notre quête est spirituelle autant que physique, et les régions qui nous appartiennent sont celles de la nature sauvage, ces étendues vastes et vides où le silence et la solitude permettent une vision originale. À la place des histoires archétypales d'appropriation des terres et de conquête des peuples par lesquelles notre culture s'est définie et par lesquelles nous avons vécu, nous avons besoin de créer un nouveau mythe, plus compatissant et bienveillant, un mythe plus respectueux de la nature. Nous avons besoin de réapprendre les mélodies cosmiques de la Terre et de suivre leurs rythmes, comme les peuples Sami et Even suivent les rennes. Le fait de comprendre les coutumes des peuples qui suivent les rennes peut constituer une partie de cette « nouvelle histoire » pour ce nouveau siècle, l'histoire d'une rédemption que beaucoup d'entre nous commencent à écrire dès maintenant. Peut-être que si nous pouvons libérer l'esprit du renne en nous, nous pouvons apprendre à parcourir librement la terre

sans avoir besoin de la posséder. »

Par l'agneau, le cheval, le renne et de nombreuses autres espèces, la sagesse de l'animal-proie a été annoncée partout, invitant ainsi ceux qui peuvent parler à raconter leurs histoires, des histoires différentes mais dont le fond rappelle en essence le même message : le salut du monde dépend de la résurrection d'un partenariat centré sur le cœur, systémique et co-créatif entre les humains, la nature et la Source de tout cela grâce au réveil d'une perspective nomade, sabbatique, non prédatrice et féminine.

Les visions que j'ai reçues au cours de mes profondes méditations avec les Ancêtres Chevaux m'ont apporté des éclairages sur des événements auxquels je n'étais pas préparée à faire face dans un premier temps : les illustrations des jeux sanguinaires des romains, les persécutions des premiers chrétiens, les carnages des batailles en Europe et les manipulations des images chrétiennes pour justifier ces conquêtes, des troubles religieux et politiques que je n'aurais jamais considérés comme ayant un rapport avec la sagesse du cheval. Pourtant, des membres de cette espèce étaient présents durant ces moments essentiels de l'histoire humaine. Ils ont été massacrés au Colisée, ils ont porté les rois en croisades et les conquistadors durant leur conquête du Nouveau Monde. Les Ancêtres Chevaux ont insisté pour que je donne la signification de ces événements avec une perspective équine. Le point de vue historique inquiétant, et troublant en de nombreux points, présenté plus haut n'est qu'un résumé des visions et des commentaires que j'ai reçus de mes contacts avec le champ morphogénétique équin, basé sur des recherches historiques que j'ai conduites suite à des impressions intuitives que je recevais. Je n'avais aucune idée de la manière ni du moment où je pourrais rendre ces informations utiles sur un plan pratique, jusqu'à ce que je commence à avoir accès aux mémoires ancestrales dans mon travail avec les chevaux traumatisés.

## CHAPITRE XII

### LES MYSTIQUES À CRINIÈRE

Lorsque j'ai cessé de considérer les chevaux comme des êtres inférieurs, mes points de vue sur la vie ont changé de manière irrévocable. J'ai perçu l'histoire de notre espèce avec le regard des chevaux et j'ai compris que notre incroyable capacité à manipuler l'environnement avait été davantage une malédiction qu'une bénédiction pour ces êtres sensibles. Nous avons travaillé nos champs, conduit nos guerres et construit nos cités grâce à la sueur et au sang d'une multitude de chevaux qui en ont été profondément traumatisés. En me plaçant dans un état de conscience morphogénétique dans mon travail avec des chevaux « à problèmes », je remarquais que les maltraitances subies par les membres actuels de la harde provoquaient les mémoires résiduelles de ces traumatismes ancestraux. La plupart de ces animaux faisaient preuve d'une affinité particulière et mystérieuse pour les humains ayant été victimes de ces expériences extrêmes, et vice versa. Avec le temps, j'ai compris que cette attraction venait d'un besoin de se souvenir, de s'affliger et de purger les injustices du passé grâce au processus de résonance émotionnelle.

La première fois que j'ai rencontré Tricia, c'était au centre Epona, au cours d'un atelier destiné aux femmes ; j'animais alors cet atelier avec Kathleen Barry Ingram. Dans un premier temps, les interactions de Tricia avec les chevaux et avec les autres femmes étaient réservées. Au cours des entretiens en groupe, elle se dissociait et regardait ses pieds la plupart du temps malgré son ouverture après avoir été en contact avec Rasa. À la fin de la journée, elle pouvait accepter davantage l'aide des autres femmes. Les résultats étaient assez spectaculaires pour que Kathleen suggère à Tricia de continuer à travailler avec les chevaux. Pendant six mois, elle travaillait chaque semaine en alternance, une fois avec Kathleen pour une séance d'entretien et la semaine suivante avec moi pour une séance de thérapie assistée par des chevaux.

Consciente de son passé de maltraitance physique, émotionnelle et sexuelle, je décidais de laisser Tricia en relation avec Noche lors de sa première visite au Ranch. Il lui fallut plus de vingt minutes et une aide soutenue pour attraper Noche dans le corral, malgré quelques carottes dans la main. Lorsque Noche fut attaché, j'appris à Tricia la manière de créer une présence rassurante et sereine pendant le pansage. En surveillant les mouvements de cette femme au début, Noche se détendit progressivement, bien qu'il ne se montrât jamais vraiment à l'aise. Avec le licol et la corde qui limitaient sa mobilité, il était facile de comprendre qu'il avait appris dans le passé à ne plus lutter contre ces contraintes. Lorsque Tricia lui enleva son licol, une fois dans le manège, il se précipita dans le coin opposé. Cette femme de 49 ans finit par gagner suffisamment sa confiance afin de parvenir à se tenir près de lui. Pourtant il ne lui fallut pas longtemps pour dire que les yeux de Noche paraissaient vides lorsqu'elle s'approchait de lui, comme si, pour reprendre ses mots, il était ailleurs.

Je demandais à Tricia si elle avait déjà vécu cette expérience « d'être ailleurs » dans une situation de mal-être. Avec hésitation, elle me parla de son viol par un adolescent de son voisinage alors qu'elle était enfant. Cet événement crucial de sa vie l'a conduite à de nombreux moments de « perte de contrôle » lorsqu'elle se sentait, même très légèrement, intimidée. Bien que son agresseur ait été jugé coupable après le témoignage de Tricia devant la cour, ses parents refusèrent toute aide psychiatrique et lui demandèrent d'oublier cet incident fâcheux. Alors qu'elle achevait son adolescence, personne ne remarqua que Tricia était de plus en plus souvent en état de dissociation. Elle était timide, polie et docile.

À 20 ans, Tricia revêtit une simple robe de mariée et s'avança vers l'autel en état de transe. Ses parents la pressaient de se marier et même si elle ne se sentait pas prête, elle accepta la proposition du premier homme qui s'intéressa à elle. Tout en élevant ses deux enfants, elle supporta une multitude de manipulations vicieuses de la part de son mari, ce qui l'amena à consommer de l'alcool pour masquer ses peines et ses insatisfactions. Les rapports sexuels la mettaient en « perte de contrôle », tout comme les critiques constantes et les colères de son mari. Dans cet état de dissociation, elle n'avait pas la force de se défendre, bien qu'elle essayât de protéger son fils et sa fille des colères récurrentes de cet homme.

Alors qu'elle analysait ces événements, Tricia gagnait une perspective plus ouverte concernant ses stratégies de défense en établissant un parallèle entre le passé de Noche et le sien. J'approfondissais cela en comparant sa suffisance dénaturée avec la coopération passive que montrait Noche lorsque Tricia l'avait mené au manège.

« Avec l'aide de vos parents, expliquai-je, on dirait que votre mari s'est arrangé pour que vous vous teniez tranquille suffisamment longtemps pour vous passer le licol, et depuis lors, il vous promène dans le brouillard. »

Tricia se mit à rire et parla de ces similitudes plus en détail. Elle sentait aussi que les manœuvres de domination mises en œuvre pour « casser » un cheval, pour le débourrer, étaient similaires à un viol, et elle commença à souligner les traits de personnalité de Noche qui reflétaient les siens, comme la méfiance, la dissociation, une sorte de soumission amère, une tendance à réagir de manière excessive à la plus petite menace et le désir de prendre la fuite dès que cela est possible. À ma grande surprise, Noche se rapprocha de Tricia alors qu'elle expliquait de manière plus sincère les trahisons qu'elle avait vécues. En caressant régulièrement le cou de Noche, elle trouva le courage d'aller plus profondément dans les ressentis réprimés depuis bien longtemps derrière ce traumatisme, sans que j'eusse vraiment à l'y inciter. Même lorsqu'elle commença à pleurer, le cheval refusa de s'éloigner d'elle. Un

regard profondément concentré remplaçait son regard habituellement vide.

Normalement, Noche s'arrange pour s'écarter des personnes dans un état de souffrance émotionnelle, une tendance qui m'avait particulièrement aidée à évaluer les ressentis non-exprimés de mes clients. Le cheval n'était pas attaché lorsque Tricia fondit en larmes ; il aurait pu facilement s'éloigner. Qu'est-ce qui l'avait amené à choisir de rester ? En fait, Noche semblait attiré par la peine de Tricia, comme s'il était en résonance avec les ressentis qu'elle exprimait, en tentant même de les amplifier. Les larmes de Tricia semblaient libérer quelque chose chez chacun d'eux. Au cours des deux mois qui suivirent, le cheval et la femme devinrent de plus en plus ouverts et les peurs que Noche ressentait vis-à-vis des personnes nouvelles se dissipèrent considérablement.

La situation me rappelait un épisode encore plus impressionnant de résonance émotionnelle raconté par une femme que j'avais rencontrée une année auparavant. Alicia, programmatrice en informatique, âgée de quarante-six ans et vivant à New York, était impressionnée par les circonstances étranges qui entouraient la découverte qu'elle avait faite avec l'aide d'un cheval appelé Moses. Grâce à un ami commun, elle entendit parler du livre que j'étais en train d'écrire, et elle m'appela pour me partager son expérience. Cinq années auparavant, elle séjournait dans un centre de traitement situé en Arizona pour soigner des problèmes de maltraitances multiples qui avaient détruit son frère et sa sœur, et qui l'avaient plongée dans la crainte phobique de sortir de son appartement. Le frère d'Alicia s'était suicidé ; sa sœur consommait des drogues. De son côté, à la quarantaine, Alicia était devenue une malade dépendante du travail tout en réussissant à développer une entreprise prospère de logiciels avant de connaître une profonde dépression nerveuse. Pendant ces années de travail intense, elle avait réussi à se cacher à elle-même les horreurs de son enfance autant qu'elle les avait dissimulées aux autres, sauf lorsqu'il était question d'animaux. Alicia souffrait de graves attaques de panique lorsqu'elle voyait un chat ou un chien. Une simple balade jusqu'au restaurant du coin était une épreuve terrible car elle devait traverser la rue plus d'une dizaine de fois pour éviter les personnes qui se promenaient avec leur chien. Après plusieurs mois de thérapie intense, Alicia avait réussi à faire remonter des souvenirs enfouis de son enfance. Ses parents faisaient partie d'un groupement secret néo-nazi bien installé dans une petite ville du Midwest où son grand-père dirigeait la section locale du Ku Klux Klan. Les enfants étaient élevés selon un mode militaire, sans aucune tolérance pour toute forme d'insubordination. Alicia avait été battue, privée de nourriture, enfermée dans un cagibi ou attachée dehors sous la neige au moindre écart, et pourtant, après avoir quitté cet endroit elle n'a jamais dit un mot de ce qu'elle avait vu et enduré.

Bien qu'elle ait retrouvé ces mémoires et qu'elle ait pu les regarder en face après sa dépression, elle n'a cependant jamais été capable de dépasser sa peur des animaux. Finalement, un psychologue lui a conseillé de participer à une session d'une semaine de thérapie assistée par des chevaux en Arizona. Ce centre de traitement avait obtenu des résultats remarquables avec des programmes d'équitation pour adolescents et voulait élargir ses programmes pour accueillir des adultes victimes de traumatismes ou souffrant de troubles de l'alimentation. Alicia avait été invitée à participer à une première session expérimentale. Bien que toutes les personnes impliquées fussent optimistes, l'équipe d'animation n'avait aucune idée de l'efficacité d'un de leurs chevaux à résoudre les problèmes les plus terribles qu'un être humain puisse confronter.

Le premier jour, les participants ont circulé dans les écuries afin de rencontrer les chevaux qui participaient au programme. Lorsque les personnes s'arrêtaient devant un cheval, le groupe d'instructeurs parlait en détail des réactions de l'animal. Plusieurs chevaux avaient connu des mauvais traitements et avaient souffert de manque de soins avant de venir dans ce centre. Au fil des années, le personnel avait appris à faire confiance aux capacités mystérieuses de leurs assistants à quatre jambes pour détecter les affinités immédiates avec les patients qui partageaient les mêmes traits de caractères que le cheval, ou qui avaient vécu le même type de mauvais traitements. Les psychologues obtenaient ainsi une compréhension plus profonde des problèmes non exprimés de chaque personne, simplement en observant quelle jument ou quel hongre était le plus attiré par cette personne. Le cheval devenait alors membre de l'équipe thérapeutique de cette personne.

Lorsque chaque participant fut ainsi associé avec un partenaire équin, les chevaux furent sortis de leur stalle et rassemblés pour une séance collective de pansage. Un imposant hongre gris appelé Moses avait choisi Alicia. Certains patients étaient plus enthousiastes que d'autres, mais elle était la seule à avoir insisté pour rester en dehors de l'enclos tout l'après-midi. Alicia regardait les autres participants brosser, frotter leur cheval et lui parler. Même si une peur inexplicable l'empêchait d'approcher Moses, elle ressentait avec lui une très forte connexion. C'était la première réponse positive qu'elle ressentait à l'égard d'une créature à quatre jambes, autant qu'elle pouvait s'en souvenir.

Cette nuit-là, elle se réveilla avec une prise de conscience surprenante. Elle avait déjà eu une relation intime avec un animal, le premier et seul animal que ses parents lui offrirent. Mais le chien en question n'était pas un cadeau ordinaire ; il devait être sacrifié pour l'exemple. La veille de sa première rentrée des classes, elle n'avait pas encore 6 ans, son père tua son animal de compagnie devant elle. « Si tu parles de nos secrets à quiconque à l'extérieur de la famille, menaçait-il, c'est ce qui t'arrivera. » L'enfant survécut en s'efforçant d'oublier l'horreur dont elle avait été le témoin afin de n'être pas tentée de se confier à un autre être humain.

Les thérapeutes de garde passèrent les premières heures du matin à l'aider à gérer la souffrance de cette mémoire réprimée depuis longtemps. Cependant, alors que le soleil se levait au-dessus des montagnes, Alicia sentit que quelque chose d'autre de son passé allait faire surface. Pourtant, elle insista pour participer aux activités de la



journée. Elle était impatiente de voir si elle aurait le courage de toucher Moses après avoir découvert la source de sa peur.

Aux écuries, les patients furent encouragés à participer à un exercice dont l'objectif était de découvrir par eux-mêmes les affinités qu'ils partageaient avec leur cheval. Alicia se porta volontaire pour commencer. « En approchant Moses, demande-lui s'il a quelque chose de particulier à te dire, suggéra l'animateur. Essaie de n'avoir aucune idée préconçue sur ce qu'il pourrait te dire, lance-toi avec la première chose qui te vient à l'esprit. »

Moses attendait tranquillement ; Alicia respira profondément, prononça la question puis s'avança doucement vers lui. Autour d'elle, l'écurie semblait disparaître. Elle se retrouva soudainement au sol, les yeux fixés au plafond, en train de se torturer de douleur à moins d'un mètre du cheval. En proie à l'angoisse, Alicia pleurait tenant ses deux poings devant les yeux. Au début, elle ne pouvait pas dire si elle ressentait la douleur du cheval ou la sienne, puis elle vit le visage de son grand-père. Il semblait qu'elle était trop jeune pour parler. Ses parents étaient présents mais ils ne faisaient rien pour lui venir en aide alors que le vieil homme lui injectait du colorant avec une seringue. La couleur n'a pas tenu dans le temps, bien entendu, mais les yeux d'Alicia ont créé du tissu cicatriciel alors qu'ils viraient du bleu foncé au marron, qui était leur couleur initiale. Elle ne serait donc jamais un spécimen digne de la précieuse race aryenne de son grand-père et il s'assura qu'elle reçoive pour cela une punition à vie.

L'écurie était devenue silencieuse et tout le groupe se rapprocha d'elle pour l'aider à se remettre debout. Durant cette terrible épreuve, Moses resta sur place, regardant silencieusement les convulsions de terreur, sa douleur et sa colère comme s'il s'y attendait. Pas une fois il ne botta, se cabra ou essaya de partir. Comment Alicia pourrait-elle avoir peur de lui maintenant ? Elle fit les deux pas qui les séparaient et lui caressa doucement la tête. Une larme s'écoula de l'œil gauche du cheval ; Alicia tendit le bras et la recueillit dans sa main.

À la fin de la semaine, Alicia pensait son ami, nettoyait ses sabots, le menait à la longe et le prenait entre ses bras dans sa stalle. Au cours de la séance de conclusion du vendredi, chaque patient avait l'occasion de pouvoir lire le profil de son cheval. Tout ce qui était connu de chaque cheval était inscrit dans un cahier de notes qui était disponible durant cette séance. Alicia apprit ainsi que Moses avait été sauvé d'une situation de maltraitance inhabituelle alors qu'il se trouvait dans le Colorado. Lorsque le vétérinaire arriva pour examiner cet animal un matin d'hiver alors que le ciel grondait, il trouva le cheval émacié, le corps couvert de blessures et souffrant du froid. Pendant que le vétérinaire installait le licol au cheval, il nota que Moses avait une aiguille enfoncée à la base de son œil gauche. Personne ne saura jamais quel terrible événement avait conduit à un tel traitement, mais le tissu cicatriciel était là et n'importe quel vétérinaire aurait pu le constater.

Bien que les thérapeutes aient reconnu plus tôt qu'Alicia et Moses partageaient une histoire assez semblable, personne dans l'équipe n'aurait imaginé qu'elle portait les mémoires refoulées d'une agression sadique au niveau de ses yeux. La simple présence d'un cheval ayant subi un traumatisme comparable fit non seulement remonter à la surface ces informations, mais cela donna aussi un sentiment d'empathie et de soutien qui permit de traverser l'horreur de sa découverte de manière efficace et constructive. Alicia put capter la force de l'acceptation tranquille que le cheval avait de son passé. La générosité de l'esprit qu'il incarnait lui permit de se sentir reconnaissante et bénie, et cela lui donna le courage de continuer à aller de l'avant dans sa vie. Elle poursuivit sa thérapie tout en reprenant son travail. Un jour, elle se rendit dans une association de protection des animaux pour adopter un chien adulte qui aurait eu peu de chance de trouver un foyer.

#### QUELQUE CHOSE DANS LES LARMES

Le processus de guérison humaine est lié en partie à la capacité de se souvenir, de pleurer et finalement d'abandonner les injustices du passé. Pourtant, certains traumatismes, comme l'agression portée aux yeux d'Alicia, se produisent avant que la personne soit assez grande pour parler, rendant plus difficile alors de revoir les expériences du passé par la thérapie verbale. Les professionnels qui travaillent avec des victimes de traumatismes sont toujours à la recherche de moyens plus performants pour avoir accès et libérer les empreintes émotionnelles, non-rationnelles, qui influencent de manière subconsciente le comportement. Ceci, évidemment, est un souci permanent lorsque l'on travaille avec des chevaux traumatisés, tout simplement parce qu'ils ne peuvent pas parler.

Dans mes premiers efforts pour rééduquer Merlin, je n'attendais certainement pas qu'il me parle de son traumatisme originel ou qu'il ait une bonne crise de larmes. Cependant, je pouvais voir à ses réactions dangereuses lors de simples activités équestres que quelque chose d'important avait été enfoui dans sa mémoire émotionnelle, quelque chose qui pouvait facilement se transformer en violence à la moindre poussée de testostérone ou d'adrénaline. Malgré mes progrès avec les T-touches, les exercices TTEAM d'enracinement et les techniques utilisées pour les victimes humaines de traumatismes, la coopération et la prévenance sans cesse grandissantes pouvaient d'un seul coup disparaître. Certains jours, il se comportait en parfait gentleman, et il se laissait seller, harnacher et mener à la longe en exécutant chaque mouvement avec grâce. D'autres jours, il résistait, rompait sa longe et s'enfuyait lorsque j'essayais d'attraper les mors.

À cette époque, je savais que l'amygdale cérébelleuse, présente dans le cerveau humain et équin, est capable de contourner le néocortex lorsqu'un élément essentiel d'une situation présente semble similaire à un traumatisme passé ; cependant, il n'était pas facile de gérer les crises imprévisibles de Merlin. Le subconscient répond frénétiquement à des événements qui sont vaguement similaires à la crise originelle avec des pensées, des

émotions, des réactions imprimées depuis longtemps. Les pires événements vécus par Merlin semblaient aussi dramatiques que ce que je lisais concernant le cas de personnes victimes de tortures ou des prisonniers de guerre. Son premier entraîneur était-il à ce point sadique ?

Alors que je pouvais créer un environnement sûr et cohérent sur le plan matériel pour son entraînement, je ne pouvais pas projeter tout le temps une présence émotionnelle calme. Avec un cheval vivant dans un état d'hypervigilance constant, le fait d'être cohérente n'était pas suffisant. En fait, je devais être calme pour le calmer. Si j'étais stressée ou si j'avais peur, Merlin entraînait invariablement en résonance avec ces ressentis. Une petite pointe de colère en moi semblait éveiller une mémoire chez le cheval et cela s'amplifiait rapidement pour se transformer en rage. J'avais appris à passer en revue ce qui se passait dans mon corps et mon mental avant d'entrer dans sa stalle. Si je repérais la moindre trace de tension ou d'émotion, je déterminais le message qui était derrière cela, je changeais la pensée, l'objectif ou la limite en réponse à ce dont je venais de prendre conscience tout en respirant dans ce ressenti jusqu'à ce qu'il semble se dissoudre. Pourtant, dans ma vie à cette époque, il y avait un conflit de plus en plus tenace et qui ne pouvait pas être clarifié sans résoudre les problèmes avec l'autre personne impliquée. Cette seule tension conduisit au contact le plus terrible que j'ai pu avoir avec Merlin. Cette expérience inspira paradoxalement le moment de guérison le plus puissant dans nos relations, mettant en lumière des idées et des dispositions intuitives que je n'imaginais pas.

Ariel, une de mes collègues au centre Epona, venait d'amener son cheval au ranch. Ensemble, nous avons créé nos techniques de thérapie équine en partageant nos connaissances, nos chevaux, la sellerie, et quelquefois en nous aidant mutuellement lors de séances. Nous partagions les mêmes objectifs sur le point de vue thérapeutique. Nos efforts conjugués étaient bénéfiques à toutes deux durant la première partie du développement de notre programme et cependant, avec le temps, il devenait évident que nous nous orientations vers des directions différentes. Malgré un respect mutuel, aucune de nous deux ne pouvait exceller en présence de l'autre, et ceci constituait un facteur qui généra beaucoup d'anxiété avant que nous puissions admettre que pour nous aider mutuellement dans notre prochaine étape d'évolution, nous devons pratiquer séparément. Pourtant, pendant plusieurs mois, je remarquais seulement que je me sentais mal à l'aise, vulnérable et distraite lorsque j'étais en sa compagnie.

C'était une période intense pour toutes les deux. Elle exerçait deux métiers afin de financer le lancement de son activité équestre. Son cheval le plus sûr pour le travail de thérapie mourut et elle en fut profondément affectée. Ma mère, Martha Kohanov, mourut quelques mois après. Elle était ma meilleure amie et ma plus proche confidente ; elle fut aussi d'un grand soutien dans mon travail d'écriture ainsi qu'avec les chevaux. Sa perte accablait notre grande famille. Ma peine commença alors qu'Alicia sortait de la sienne, et bien que nous nous soutenions et échangeons beaucoup à propos de nos émotions, la plupart de nos ressentis étaient trop profonds pour être exprimés par des mots. Par conséquent, nous nous stimulions mutuellement dans ces états d'insécurité et de confusion dans les moments les plus inappropriés.

Merlin vécut aussi la disparition de ma mère d'une manière synchronisée mais surprenante : il est entré dans ma vie au début des trois mois de maladie de ma mère et elle mourut le jour du quinzième anniversaire de Merlin. Même si la plupart des émotions ont mis Merlin en rage, il semblait ne pas être perturbé par mon chagrin ; il semblait même soulagé. Cet été-là, je passai beaucoup de nuits à revivre des souvenirs et à pleurer lorsque tout le monde avait quitté le ranch. Je laissais Merlin libre de s'ébattre dans la grande carrière où je m'installais pour passer la nuit. Merlin ne restait pas loin de ma chaise de jardin et de la sono qui jouait la musique sublime de Steve au clair de lune. Durant ces moments, l'étalon couleur charbon me laissait serrer son grand cou entre mes bras, alors qu'il supportait à peine les T-touches et les séances de pansage pendant la journée.

Un après-midi, Ariel arriva alors que j'allais chercher les mors de Merlin. Je ressentis immédiatement qu'elle était très stressée, ce qui n'était pas surprenant puisqu'elle venait de quitter son premier emploi pour celui, moins sécuritaire, de son activité équestre. Au moment le plus risqué pour mon amie et collègue, je n'étais pas capable de collaborer efficacement. Tout ce que nous faisons ensemble semblait générer trop de compromis d'un côté comme de l'autre, et la tension grandissait. Ce jour-là, alors que nous échangeons quelques plaisanteries, je ressentis comme un champ électromagnétique qui vibrait de manière incontrôlable autour d'elle, qui jaillissait à deux mètres devant elle et qui me heurta au niveau du ventre. Je prétextai une banalité pour la laisser aussi vite que possible et me précipitai vers la stalle de Merlin. Je fus si stupéfaite par cette sensation irrationnelle qui m'avait donné l'impression d'une agression que j'omis d'observer ce qui se passait dans mon corps avant de mener l'étalon au manège. S'il avait refusé que je lui place les mors, s'il était devenu turbulent alors que nous traversions la propriété, j'aurais sûrement reconnu mon état d'agitation et de vulnérabilité, et je l'aurais alors tout simplement promené. Curieusement, il fut particulièrement coopératif ; même pour trotter à la longe, il resta bien concentré, jusqu'à ce que je lui demande de se mettre au petit galop.

Merlin réagit soudainement comme s'il avait été attaqué. Je pus voir le blanc de ses yeux, et sa face avait une expression de terreur absolue. Il orienta ses oreilles vers l'arrière, rua et se lança dans une course effrénée, tirant sur la longe, tournant autour de moi de plus en plus vite. Je n'avais jamais auparavant vécu une situation aussi critique lors d'un travail à la longe. Si j'avais paniqué ou lâché la longe, la force centrifuge aurait projeté Merlin dans la barrière avec assez de puissance pour le blesser sérieusement. Alors, sans réfléchir, je fis calmement un pas en avant en secouant légèrement la longe pour qu'il ne la coince pas, après quoi il se tourna et avança vers moi

comme si j'étais un ennemi, se cabrant, ruant et frappant le sol comme s'il voulait me piétiner. Maniant la cravache comme un sabre, je la fis claquer sur son ventre pour me défendre alors qu'il se dressait devant moi. Ce coup soudain sur un endroit vulnérable le plongea dans une panique encore plus grande, mais au moins, il ne tirait plus sur sa longe. Je le libérai et il partit comme un bolide le long du manège pour trouver une voie de sortie, ses mouvements devenant si désordonnés que ses postérieurs se dérobaient sous lui. Il glissa sur au moins cinq mètres avant de s'arrêter, enfin allongé, désorienté et vaincu, dans un nuage de poussière.

Je ne ressentis aucune crainte ni pour sa sécurité ni pour la mienne durant tout ce temps. Le danger me propulsa dans un état de conscience plus calme et plus clair qui me permit d'effectuer une série de mouvements qui allaient au-delà de tout ce que j'avais appris auparavant. J'étais reliée à ce que les taoïstes appellent « la véritable intention » alors que mon mental conditionné était en retrait et laissait une force plus sage s'occuper de la situation. Lorsque Merlin se releva, hébété et haletant, je m'approchai de lui pour lui caresser l'encolure, en lui parlant tranquillement. Puis, je me concentrai à l'aider à garder son attention au présent, comme s'il pouvait comprendre les mots que je prononçais, en lui disant que sa peur n'était qu'une mémoire, une illusion. Puis je le repris à la longe, au trot d'abord puis ensuite au pas pour le calmer. « Tu vois, lui dis-je alors qu'il tournait, tu es vivant ; tu es en sécurité. Je suis une personne différente. C'est un moment différent. Plus personne ne peut te faire du mal maintenant. »

Toutefois, après avoir ramené Merlin dans sa stalle, après l'avoir épongé avec de l'eau, je fus prise de tremblements incontrôlables. L'âme calme et concentrée qui avait maîtrisé la crise se dissipait. Il y avait une partie de moi qui voulait crier et fuir, et cette personne ressentait les tremblements que Peter Levine avait remarqués chez les proies qui sortent d'une réponse d'immobilité. Cette nuit-là, je fus sans cesse réveillée par l'image récurrente dans mes rêves d'un cheval vengeur qui menaçait de me tuer. Les jours suivants, je me sentis à nue et vulnérable. En respirant dans la sensation plutôt qu'en essayant de la faire partir, je pus entrevoir une interprétation originale de cette crise. Mon alignement avec l'intention vraie avait fait disparaître les limites d'une conscience bien plus ordinaire. Le ressenti du champ électromagnétique d'Ariel me frappant au niveau du plexus solaire et la menace consécutive de Merlin détendirent et court-circuitèrent les limites de ma forme humaine en me permettant d'incarner une dimension plus large et plus téméraire.

Ce personnage d'une autre dimension et en pleine possession de ses moyens pouvait contenir l'intensité de la souffrance de Merlin et l'aider à la transformer par la suite, en permettant que son revécu de quelque terrible tragédie me laisse avec un sentiment de réconfort et de compassion, et non avec l'horreur et la trahison que j'aurais pu ressentir normalement. Je me demandai s'il me serait possible à nouveau de me connecter avec ce « Grand Soi » et de voir la nature du traumatisme originel de Merlin.

Comme je ressentais une charge émotionnelle intense qui enveloppait encore l'étalon, je décidais de tenter ma petite expérience chez moi. Je savais que, d'une façon fondamentale, le mental est vraiment non-localisé et donc je n'avais pas besoin d'être en présence physique de Merlin pour me fondre dans sa mémoire. J'émis mon intention de me connecter avec le Mental suprême non-localisé qui a créé l'univers. Je cherchai l'aspect de moi-même puissant et non-localisé qui était apparu quelques jours auparavant, puis j'appelai les Ancêtres Chevaux et finalement l'aspect non-localisé du mental de Merlin. « Montre-moi le traumatisme originel que Merlin ne cesse de revivre », demandai-je en m'attendant à voir son premier propriétaire en train de le battre sans pitié et d'attacher sa tête entre ses jambes dans une stalle sombre.

Une brume vaguement rougeâtre tournoyait devant mes yeux en révélant la scène monochromatique d'un carnage incroyable. La vision se déroulait comme sur le négatif d'un vieux film et j'étais heureuse que mon regard mental ne distingue pas les couleurs. Un homme d'un âge et d'une race indéterminés galopait dans un champ de bataille sur un magnifique coursier, trouvant son chemin dans cette folie ; il était armé d'une longue épée. Le nombre de soldats à pied, téméraires, ne cessait d'augmenter et le guerrier à cheval fut finalement jeté à terre par une lance. Le cheval hennit et se cabra, frappant plusieurs hommes et piétinant l'un d'eux. Le cheval furieux continuait à se cabrer et à donner des coups de sabot lorsqu'un des soldats le frappa de son arme au niveau de l'abdomen alors que l'animal se dressait devant les hommes. Les postérieurs de l'étalon se dérobaient sous le choc et celui-ci tomba au sol, pleinement conscient qu'il ne pouvait plus ni se relever, ni s'enfuir ni se battre. Des larmes commencèrent à couler sur mes joues car je ne faisais pas que regarder la scène. Je ressentais les sentiments de défaite et de douleur absolue qui entouraient le cheval et son cavalier. Toutefois, je n'étais absolument pas préparée à ce qui allait suivre. Un des soldats esquiva les lances et les flèches pour se saisir de l'épée du cavalier. Il souleva l'arme impressionnante de toutes ses forces et trancha la tête du cheval. Saisissant une bonne poignée de sa crinière, il traîna son lourd trophée derrière lui et disparut dans cette mer de métal et de corps qui s'entrechoquaient.

Lorsque la vision fut dissipée, je me mis à sangloter sous le choc et l'indignation. Je compris que je venais de capter par inadvertance une mémoire ancestrale, mais une partie de moi-même se demandait si une telle chose avait pu avoir lieu. Il semblait absurde qu'un soldat prenne le temps de couper la tête d'un cheval en plein cœur d'une bataille. Au cours de toutes les recherches historiques que j'avais faites, je n'avais jamais rien vu de semblable. Pourtant l'image était si claire et la charge émotionnelle présente derrière elle tellement dévastatrice. « Pourquoi une personne ferait-elle une telle chose ? » demandai-je aux Ancêtres. « Pour prendre le pouvoir du grand cheval de guerre », me répondirent-ils.

Ce que je venais d'observer devait être en relation avec une incarnation précédente, une mémoire génétique ou un

événement contenu dans le champ morphogénétique équin et je compris par la suite que les interactions de Merlin avec son premier entraîneur avaient stimulé d'une certaine manière le traumatisme non-résolu d'une mort particulièrement épouvantable. Par une série d'images, de mots et de ressentis, les Ancêtres m'ont expliqué que l'art équestre apparemment civilisé était destiné, à l'origine, à préparer les chevaux aux batailles. Par exemple, le protocole extrêmement complexe du dressage était né d'exercices et de stratégies bien structurées issus des techniques perses, puis plus tard grecques, pour entraîner les montures de guerre. Les plus fameux cavaliers de compétition de dressage du vingtième siècle étaient en fait des militaires qui apprenaient leurs techniques avant que les jeeps et les chars ne remplacent heureusement ces animaux lors de conflits humains.

Depuis l'Antiquité, en passant par la conquête du Nouveau Monde, un cheval de guerre bien entraîné avait plus de valeur qu'un esclave. Un tel animal pouvait se cabrer, frapper et faire des ruades à la demande, pour intimider ou blesser les fantassins. Il pouvait esquiver, s'arrêter, faire demi-tour ou s'enfuir au galop sans hésitation, et il pouvait aussi rester sur place au milieu d'une bataille qui faisait rage si son maître était descendu de selle pour combattre. Les cavaliers émérites des Jeux Olympiques et autres compétitions peuvent accomplir de telles prouesses, bien que, selon les Ancêtres, ces représentations pacifiques puissent être porteuses de charges émotionnelles intenses pour les chevaux, en particulier si leurs cavaliers font de la victoire un enjeu vital. Le champ morpho-génétique équin brille de toutes les mémoires douloureuses de ces innombrables combattants à quatre jambes, parfaitement dressés, qui sont morts sur les champs de bataille.

Après avoir mené une existence idyllique à la ferme de Shawnee Allen, Merlin fut soudainement poussé dans un programme de formation intensif par une femme dont l'esprit de compétition et l'attitude inflexible envers les chevaux étaient basés sur un état d'esprit militaire, encore bien dominant dans le monde des concours hippiques. Merlin pensait qu'il avait été « incorporé sous les drapeaux ». Le fait d'avoir sa tête attachée entre ses jambes n'était rien en comparaison de l'impression subconsciente qu'il était désigné pour un destin horrible s'il acceptait le harnachement avec l'obéissance aveugle qui est demandée à un cheval de combat. En adaptant une méthode de clarification et de lâcher-prise que j'avais apprise du Dr Patricia Hursh, je réussis à éliminer cette empreinte karmique du système de Merlin, lui assurant que les chevaux n'étaient plus utilisés pour faire la guerre et que toutes les activités que nous ferions ensemble sont simplement destinées à nous faire évoluer et à nous faire plaisir.

Dans cet état de conscience élevé, tout cela avait un sens. Cependant, au fil des jours et des semaines, un état d'esprit plus raisonnable s'est installé et j'ai commencé à remettre en question la justesse de toute l'expérience. Une fois encore, j'ai pensé que l'idée du soldat emportant la tête de l'étalon pendant la bataille était absurde, le produit de mon imagination trop active sûrement encouragée par la peine que je ressentais après le décès de ma mère. Toutefois, deux mois plus tard, je fis un rêve qui écarta tout scepticisme. Je me tenais dans la stalle de Merlin et il y avait deux étalons noirs identiques. Soudain, un rayon de lumière venant du ciel nous éclaira tous les trois et une voix d'outre-tombe annonça que Merlin était un « double » ayant appartenu à la déesse Héra. Elle était satisfaite du travail que j'avais fait avec les chevaux, et elle m'offrait une « croisière littéraire » de trois jours pour me remercier. Le rêve s'arrêta alors que je regardais le billet mystérieusement apparu dans ma main et sur lequel le nom du bateau, *Lacrimae*, était clairement inscrit.

Il me fallut exactement trois jours de recherches pour décrypter ce rêve. Pensant que *Lacrimae* devait être le nom d'un personnage mythologique, je lus avec attention tous les livres sur les mythes et légendes que je pus trouver à la bibliothèque municipale, mais en vain. Je lus ce qui était écrit sur la déesse Héra en espérant trouver des références sur *Lacrimae*. Bien qu'elle soit souvent dépeinte comme la femme jalouse et indiscrete de Zeus, plusieurs textes indiquent que Héra (ou Junon) était plus précisément la déesse mère des premières sociétés matriarcales de Méditerranée. Son image fut par la suite cooptée et, dans une certaine mesure, banalisée par les sociétés patriarcales grecques et romaines naissantes. Ce mariage de convenance projetait sur Héra l'archétype d'une femme colérique et acariâtre qui se querellait sans cesse avec son mari, sapant les interventions célestes du dieu dans les affaires humaines chaque fois que possible.

De retour chez moi, je fis des recherches sur Internet et trouvais quelques sites consacrés à un groupe de rock, un ensemble de musique de la renaissance, et plusieurs CD de musique médiévale utilisant le nom de *Lacrimae*, mais sans aucune mention sur la signification de ce nom ou sur les raisons qui avaient amené ces personnes à choisir cette dénomination pour leurs divers projets. Finalement, je trouvais la référence d'une phrase latine *sunt lacrimae rerum*, qui est une citation célèbre d'un livre dont je n'avais pas entendu parler, *L'Énéide*, du célèbre poète romain Virgile. De retour à la bibliothèque, je trouvais une référence pour cette phrase dans un guide de littérature. La phrase peut se traduire par « les larmes des choses » ou « les larmes des choses qui passent », en faisant référence au sentiment d'affliction et de compassion suscité par les traumatismes et le caractère éphémère de la vie, ainsi que l'abandon qu'un guerrier vaincu ressent lorsqu'il laisse finalement ses larmes couler. Intriguée, je cherchai un exemplaire du poème épique écrit par Virgile entre l'an trente et l'an dix-neuf avant notre ère. En étudiant le texte, je réalisais que je lisais encore une fois un classique de l'Antiquité concernant les guerres troyennes, cette fois-ci avec un point de vue complètement différent. Alors que l'*Odyssée* d'Homère parlait du voyage du héros grec qui mit à sac la ville de Troie grâce à un cheval de bois, l'*Énéide* conte les aventures du Troyen, Énée, qui guida les navires des survivants vers une nouvelle vie en Italie après la destruction de leur cité.

Pourquoi une personne qui entraîne des chevaux à Tucson, en Arizona, est-elle « guidée » à lire différents points de vue sur la guerre de Troie ? Je me demandais si c'était une plaisanterie cosmique supplémentaire ou si j'étais

hantée par un professeur de lettres classiques frustré. Ayant trouvé le passage concernant Lacrimae, je voulais en ressentir le contexte en lisant l'ensemble du texte. Rien, pas même mon sens de l'humour empreint d'une ironie désabusée, ne pouvait me préparer à ce qui allait suivre.

Voguant vers les rivages de l'Italie, la flotte d'Enée est déroutée vers les côtes de Libye par un orage violent. Après de multiples plaintes, le héros désabusé reçoit des conseils de la déesse Vénus qui le réprimande pour avoir joué la victime opprimée et ne pas avoir fait confiance aux dieux. « J'ai du mal à penser que ceux qui vivent au ciel puissent t'en vouloir, dit-elle. Le souffle de la vie est en toi et tu es proche d'une cité tyréenne. Tu n'as plus qu'à aller jusqu'au palais de la reine. » Rassemblant ses esprits, il s'enfonce dans l'île pour trouver la cité phénicienne de Tyr. « Au centre de la ville, écrit Virgile, se tenait un bois ombrageux ; c'était l'endroit où, lorsqu'ils avaient débarqué, les Phéniciens, jetés à cet endroit par les vagues et la tempête, avait déterré le bon présage que la reine Junon avait désigné : la tête fière d'un étalon de guerre. Ceci annonçait la richesse et la victoire pour la nation à travers les âges. C'est là que Didon le Sidonien avait construit un temple extraordinaire dédié à Junon. »

Alors qu'Enée traverse cet élégant sanctuaire, il trouve une magnifique fresque des guerres troyennes peinte sur les murs. « Se trouve-t-il un pays sur Terre qui ne connaît pas notre tristesse ? » dit-il en pleurant. « Ici aussi, l'honorable est reconnu et il y a des larmes pour les choses qui passent ; ici aussi, les événements mortels touchent l'esprit. Oublie tes peurs. Cette renommée t'apportera quelque délivrance. »

« Avec beaucoup de larmes et de lamentations, révèle Virgile, Enée nourrit son âme de ce qui n'est rien d'autre qu'une image. »

#### LES PROFONDEURS SE RÉVÈLENT

Au début, je ne savais pas trop ce que je devais faire avec cette formidable synchronicité. Je ne pouvais que m'émerveiller de la manière dont un rêve m'avait permis de confirmer que la tête d'un étalon peut être sectionnée au cours d'une bataille. J'étais aussi surprise par l'intuition profondément lucide de Virgile à propos de la guérison d'un guerrier vaincu. Les larmes d'Enée étaient des larmes de reconnaissance, car les autres se souvenaient des combats que lui et ses compagnons avaient endurés. Sans se soucier du vainqueur ou du vaincu, des survivants ou des morts, ces événements étaient considérés comme suffisamment importants pour être représentés dans les lieux sacrés d'une déesse. Enée avait nourri son âme de ce qui n'était qu'une représentation en mémoire des hommes des deux camps ayant souffert, permettant au guerrier fatigué et amer de regarder ses épreuves d'un point de vue plus élevé. Il me semblait que c'était la raison pour laquelle les travaux d'Homère et de Virgile avaient passé le temps, ils avaient un sens de nos jours, et j'ai été ainsi attirée à eux par des influences éthériques que je ne comprenais pas encore. Les gens, et assez curieusement les chevaux, ressentent de manière subconsciente les effets des guerres passées et présentes, réelles ou symboliques. Pour traverser ces souffrances, il ne suffit pas de ramasser ce qui reste et de partir ailleurs recommencer une nouvelle vie. Comme Enée qui se retrouvait en Libye alors qu'il s'était fixé d'aller en Italie, beaucoup d'entre nous ont besoin de faire une croisière à bord de Lacrimae, le vaisseau qui navigue dans les mers tempétueuses de l'inconscient collectif, nous poussant vers des rivages mythiques où les souffrances du monde sont conservées sur de magnifiques mosaïques. Ces représentations artistiques ont la capacité de nous élever en nous permettant non seulement de nous baigner dans le désespoir mais de pleurer le passé avec une perspective capable de replacer nos souffrances dans leur contexte. Alors seulement, nous pouvons voguer vers le futur sur de bonnes bases.

Le champ morphogénétique humain contient le vécu de tant de cultures vaincues, réduites à l'esclavage ou assimilées contre leur gré. Qu'arrive-t-il aux mémoires systémiques de ceux dont le mode de vie a été éradiqué ? Que deviennent leur histoire interdite et leur philosophie réprimée ? Leurs descendants captent-ils parfois ces courants souterrains de leurs peines jamais reconnues, jamais pleurées ?

Dans l'histoire détaillée de la mer Noire que Neal Ascherson a écrite, il utilise cette étendue d'eau énigmatique pour symboliser les réactions toxiques de la psyché aux souffrances ancestrales non résolues. En surface, la Mer Noire a toujours semblé être un lieu prodiguant une abondance démesurée. Les saumons et les esturgeons peuplent en grand nombre ses cinq affluents pour venir frayer, produisant du caviar en si grande quantité que celui-ci était considéré comme la nourriture du peuple en ce quatorzième siècle byzantin. Mais, à partir d'environ deux cents mètres de profondeur, la mer Noire n'est pas seulement morte, elle est chargée de poison. Ce petit réservoir d'eau salée enclavé souffre de tout ce qui se déverse en lui. Alors que seulement trois fleuves se déversent dans la Méditerranée, bien plus vaste, la mer Noire en reçoit huit, notamment le Don, le Dniepr, le Dniester et le Danube. « Ce sont ces fleuves, explique Ascherson, source de tant de vie, qui ont exterminé toute vie des profondeurs de la mer Noire au cours de dizaines de milliers d'années. L'apport de matières organiques en provenance des fleuves était trop important pour que les bactéries marines puissent les décomposer normalement. Elles se nourrissent en oxydant leurs nutriments, en utilisant ainsi l'oxygène présent dans l'eau de mer. Cependant, lorsque l'apport organique est si important que la réserve en oxygène est épuisée, les bactéries se tournent vers un autre processus biologique », créant effectivement un gaz résiduel, le sulfure d'hydrogène, une des substances naturelles les plus mortelles. Une seule inhalation de ce poison invisible peut tuer un être humain. Lorsqu'ils sont agités par de violentes tempêtes ou perturbés par des forages pétroliers, ces courants mortels peuvent brusquement remonter, tuant tout sur leur passage.



La compulsion de la civilisation post-conquête à conquérir et à piller sans retenue, assimilant les autres cultures dans sa perspective étroite, déconnectée et limitée a créé sa propre version meurtrière de la mer Noire dans l'inconscient collectif. Les descendants des sociétés soumises continuent à porter les mémoires génétiques de leurs ancêtres, ces peuples qui ont été brutalement massacrés ou réduits à l'esclavage sans pitié pour construire des cités resplendissantes. L'histoire du brassage conflictuel de la mer Noire racontée par Ascherson reflète ces poches de violence, apparemment dénuées de tout sens, qui font éruption sur toute la planète. « En tant qu'individu, l'autre n'est pas un étranger mais un voisin, souvent un ami, écrit-il. Mais mon sentiment – bien triste au demeurant, sur cette vie comparable à la mer Noire, c'est que la méfiance latente entre les cultures est immortelle... Il est vrai que les actes de sauvagerie entre communautés, les pogroms, les purifications ethniques au nom de quelque rêve d'unité nationale, les génocides, ont atteint les communautés de la mer Noire. Et lorsque cela arrive, la solidarité apparente vieille de plusieurs siècles peut disparaître en quelques jours ou quelques heures. Le poison, en remontant des profondeurs, est absorbé en une seule inspiration. » D'un coup, les nazis sacrifient le peuple Juif comme bouc émissaire d'une furie sans nom, la Yougoslavie entre dans une guerre que personne ne peut sembler comprendre, des adolescents maniant des bombes et des armes automatiques font un carnage dans leur lycée en tuant leurs professeurs et leurs camarades de classe.

Comme Merlin essayant aveuglément de me fouler au sol après avoir montré tant d'espoir, un simple geste ou un comportement accompli au cours d'une période de paix peut réveiller les émotions de guerres ancestrales, et l'explosion se produit. Inopinément, nous revivons les conflits non résolus et les injustices de spectres sans visage dont les noms et les causes sont tombés depuis longtemps dans les oubliettes de l'histoire. Nous n'avons peut-être aucune idée de qui étaient nos ancêtres et pourtant nous nous retrouvons en train de tressaillir à cause de leurs souffrances et de nous battre dans leurs combats. Des explications pleinement rationnelles pour ces explosions de violence constituent une myopie intellectuelle et elles sont inefficaces pour trouver une solution parce que le mental post-conquête a perdu contact avec l'ampleur et la profondeur de l'existence humaine.

« Nous avons forcé la nature à révéler ses secrets mais nous sommes devenus autistes, affirme Jean Houston dans son ouvrage *Mythes pour le futur*. Au nom de la conquête et du commerce, nous abandonnons notre capacité de communiquer avec la vie intérieure de la Nature, comme les aborigènes et certaines peuplades indigènes savent encore le faire ; de même, nous perdons notre capacité à communiquer avec notre vie intérieure. Les peuples sans mythes ni légendes sont toujours autistes car ils ont perdu leur capacité à être en communion et à communiquer. Nous remuons beaucoup d'air pour prendre quelques mesures bien timides pour sauver la planète. Et je me demande vraiment si quiconque désirant explorer la vie intérieure peut y parvenir sans se mettre en communion avec les profondeurs de la nature. »

Houston se fait l'écho des travaux de Carl Jung et de Joseph Campbell lorsqu'elle commente les dangers de réprimer ou d'ignorer la sagesse contenue dans les mythes, les légendes ancestrales et autres archétypes. Les chevaux ailés, les centaures, les dieux et les déesses de l'Antiquité sont des archétypes, « les formes primaires et les constellations d'énergie qui gouvernent la psyché, ou ce soi intérieur que nous appelons parfois âme. » En résumé, Houston explique : « Les archétypes concernent les relations, et la force d'impulsion derrière elles, ainsi que les connexions par lesquelles les choses évoluent, grandissent, deviennent complexes et finalement plus globales. » Lorsqu'elles sont réprimées chez un individu ou dans une culture, « toutes sortes d'aliénations apparaissent, et l'on est coupé de la nature, du soi, de la société et de l'esprit, avec les conséquences que nous observons dans notre monde d'aujourd'hui. Cette aliénation a progressé considérablement à partir de la vision mécanique du monde, qui a touché pratiquement tous les niveaux de la vie moderne. » En tant que structures non matérielles de l'existence, les archétypes peuvent se cacher indéfiniment dans les profondeurs de l'inconscient collectif, mais ils ne peuvent pas être réprimés éternellement. Ils réapparaissent par « les autres grands domaines de régulation de l'expérience humaine : les rêves, les connaissances religieuses, les visions, les arts, les rituels, l'amour et la folie. Quelquefois, ils apparaissent dans leur forme archaïque, vêtus des accoutrements des cultures passées, mais il faut les voir avec un regard neuf. Ils demandent à grandir à nouveau. »

Cependant, comme les gaz toxiques de la mer Noire, l'émergence de ces archétypes peut présenter une face cachée particulièrement puissante, surtout pour des personnes endoctrinées dans un état d'esprit post-conquête. « Si elles sont vues à travers le prisme d'une nature et d'une conscience aliénées, met en garde Houston, ces énergies primordiales peuvent apparaître comme des versions perverses, et même démoniaques, de ce qu'elles sont vraiment... Ainsi nous pouvons voir comment, dans l'Allemagne d'Hitler, la partie archaïque des mythes a été utilisée et comment des archétypes teutons et scandinaves ont été remis au goût du jour et, on peut dire, présentés comme racistes dans les opéras mythiques de Wagner... alors que le régime nazi organisait ses propres schémas d'aliénation autour de ces histoires et de cette musique. » Malgré cela, ces images annoncent une période de changement et d'intensification. Ces dimensions archétypales sont si puissantes qu'elles doivent souvent être codées sous forme de mythes pour avoir une continuité et une compréhension dans ce monde. »

Houston définit le mythe comme « quelque chose qui n'est jamais survenu mais qui se produit dans l'éternel présent. C'est le code ADN de la psyché... le mythe s'écoule dans chaque acte conscient et il est la mer de notre vie inconsciente. »

Les messages mythiques évoluent avec le temps, se parent des coutumes des différentes régions, attirant ainsi l'attention sur des schémas de pensée et de comportement destructeurs tout en offrant des solutions au travers des



symboles de transformation. Cherchant sans cesse une « entrée » dans notre monde, ils sont en quête d'une audience réceptive parmi les artistes, les rêveurs, et éventuellement les personnes qui travaillent avec les chevaux.

Vers l'an vingt avant notre ère, Virgile note qu'à la demande de Junon, la tête d'un fier étalon de guerre a été déterrée et ramenée à la lumière du soleil. Un temple dédié à la reine des dieux a été construit là où ses os furent découverts. Ce temple rappelle les batailles du passé et offre un sanctuaire qui permet aux vaincus de pleurer, ne l'oubliez pas, et qui transforme aussi leur affliction en source de pouvoir. Deux mille ans plus tard, Carl Jung a été captivé par le rêve d'un jeune étudiant en théologie, rêve dans lequel une jument noire s'échappe de la tombe d'une princesse et conduit avec prévoyance et détermination un magicien vers les clés du paradis perdu. Dans les années soixante-dix, le centaure grec Chiron est sorti des poussières de l'histoire pour introduire la dimension du guérisseur blessé. Ces images archétypales baignent de multiples manières mes interactions avec les membres vivants de la harde, tout en pointant sans cesse vers leur origine, dans les mythes, la littérature et l'histoire.

En premier lieu, il y a eu Rasa dont le genou blessé fut à l'origine d'une série d'aventures, de l'aliénation à l'authenticité, m'aidant à réveiller les dons féminins de l'intuition et de la conscience socio-sensuelle. Ces compétences m'ont permis par la suite de collaborer avec les chevaux et les humains à un niveau plus profond. Puis, il y a eu Midnight Merlin, et j'ai revécu les drames d'une crise bien plus ancienne, me motivant à aller dans un état de conscience non-localisé pour capter la mémoire oubliée depuis bien longtemps d'une tête d'un cheval de guerre tranchée lors d'une bataille. Ma capacité à pleurer pour le « double » ancestral et mythique de cet étalon a semblé atténuer la souffrance et libérer Merlin de la tyrannie du passé. Lorsque, plus tard, je remis en cause la validité de toute l'expérience, je reçus en rêve une croisière à bord de Lacrimae de la part de la déesse Héra, qui me dirigea vers les écrits de Virgile à propos d'un mythe qui s'infiltrait dans ma vie de plus en plus régulièrement.

Plus tard, au cours de ce printemps, une cliente particulièrement intuitive qui ne connaissait pas grand-chose de la vie de Merlin me dit qu'elle pensait l'avoir entendu lui parler alors qu'elle le ramenait dans sa stalle.

— Qu'a-t-il dit ? lui demandai-je.

— Cela n'avait aucun sens, répondit-elle, mais cela semblait clairement venir de lui. Il a dit : "Savoir, c'est pleurer".

— Oh, cela a un sens, ajoutai-je, c'est parfaitement clair.

Quelque chose continuait à monter des profondeurs de l'inconscient collectif, quelque chose qui associait le cheval à une forme archaïque de la sagesse féminine, et la résurrection de cette sagesse avec le pouvoir de sortir les deux espèces de l'état de déconnexion, de conflit et de souffrance, en partie grâce à la libération, attendue depuis très longtemps, de toutes ces « larmes pour les choses du passé. »

#### AU-DELÀ DES MOTS

Après mes expériences intenses avec Merlin et Rasa, je commençais à m'intéresser aux personnes qui communiquent avec les animaux. Ce domaine, où les femmes sont en plus grand nombre, s'appuie principalement sur la résonance émotionnelle, les perceptions extrasensorielles et le mental non localisé pour déterminer ce que les animaux pensent et ressentent. Initialement considérée au mieux comme une curiosité et au pire comme de la supercherie, cette pratique a gagné le respect au cours de ces dernières années.

Par exemple, Sharon Callahan, installée dans la région du Mont Shasta, consacre tout son temps à déterminer les besoins physiques, mentaux et émotionnels de différentes espèces, travaillant presque exclusivement à la demande de vétérinaires. La plupart de ces communications se déroulent par téléphone alors que Sharon se met dans un état de conscience non-localisé tout en s'entretenant avec le propriétaire de l'animal.

« Avec tout animal que nous aimons et avec qui nous vivons assez longtemps, une fusion des énergies se produit, explique-t-elle. Je suis capable de transférer mon attention sur l'animal à travers la voix de la personne. J'écoute ce qu'elle dit de manière détachée en essayant de m'harmoniser avec l'animal, un peu comme lorsqu'on cherche une station sur un poste de radio. Au début, les ondes sont brouillées puis ensuite ça devient clair. Lorsque j'ai le contact, je commence à parler à la place de l'animal, habituellement à la première personne. Beaucoup d'animaux communiquent avec moi au travers d'images ayant la forme de petits dessins, comme un film qui se déroulerait dans ma tête. Parfois cela ressemble davantage à un transfert direct de pensée, un bloc d'information ou une histoire qui passe d'une traite de leur conscience à la mienne. »

Pénélope Smith partage le même point de vue dans son livre *Animaux familiers*, nos frères en spiritualité, ainsi que Nicci Mackay qui rapporte ses échanges intuitifs avec les chevaux dans *Spoken in whispers*. Bien entendu, les sceptiques abondent mais les gens semblent bien plus tolérants à cette idée qu'ils ne l'étaient en 1975, lorsque l'entraîneur de chevaux anglais, Henry Blake, a fait connaître la notion des perceptions extrasensorielles chez les chevaux dans le livre *Je parle aux chevaux...* ils me répondent. Alors que l'essentiel du livre concernait les signaux du langage corporel et les modifications du comportement, Blake a voulu consacrer plusieurs chapitres à la télépathie, la clairsentience et les échanges empathiques entre les chevaux et les humains, et cela malgré les mises en garde de ses pairs qui disaient que le fait de s'investir si profondément dans un domaine aussi controversé pouvait dévaloriser son travail sur les autres aspects de la communication équine. « J'ai souvent entendu dire que

bien que notre travail sur les signes et les sons soit largement en avance sur tout ce qui a déjà été fait, écrit-il, c'est notre engagement concernant les perceptions extrasensorielles qui nous rendait suspects, et cela nous plaçait au même rang que les charlatans et les gens de music-hall ! » Malgré cela, il décide de jouer le tout pour le tout, « faire connaître nos recherches sur la communication équine sans prendre en compte la perception extrasensorielle et la télépathie équivaldrait à essayer d'étudier l'anglais en ne s'occupant que des noms et des verbes et en prétendant que les adverbess et les adjectifs n'existent pas. »

Blake a dû recevoir l'avis d'agents littéraires et ses livres suivants, tels que *Penser cheval*, reviennent presque entièrement à des notions behavioristes de l'entraînement. Pourtant, les théories audacieuses, présentées dans son premier livre, coïncident avec nombre des conclusions auxquelles je suis arrivée par mes propres rencontres extrasensorielles avec les chevaux. L'incursion de Blake dans le monde de la communication intuitive découlait de ses expériences avec la clairsentience et la résonance émotionnelle. Une nuit, il s'éveilla avec l'impression profonde que quelque chose n'allait pas et il sortit pour surveiller les animaux. Il fut « attiré de manière subconsciente » près d'une vache qui avait du mal à vèler. « C'est alors que mes pensées ont pris une autre direction et, par étape, j'en suis arrivé à la conclusion quelque peu surprenante que je pouvais sentir les humeurs des chevaux plutôt que de les voir ou les entendre. » En développant cette capacité, il reçut par la suite des impressions sensorielles et même visuelles venant de chevaux éloignés, en particulier dans des situations d'urgence. Curieux de savoir si tous les membres d'une harde communiquaient de cette manière, il conçut une série d'expériences au cours desquelles il pouvait, par exemple, laisser une jument se reposer dans sa stalle avec un observateur pendant qu'il stimulait différents états émotionnels de l'un de ses compagnons équins distant de plus de cinq cents mètres. Si la jument commençait à réclamer de la nourriture lorsque l'autre cheval était nourri, si elle avait de l'entrain lorsque l'autre cheval faisait des exercices, si elle avait peur ou était agitée lorsque l'autre cheval éprouvait de la crainte, Blake considérait cela comme « un résultat positif » signalant une certaine forme de communication extrasensorielle entre les deux chevaux. « Sur cent dix-neuf expériences, il eut un résultat positif pour quatre-vingt-une d'entre elles, un petit résultat dans douze cas et un résultat possible dans onze cas ; ce qui se traduit par un pourcentage de 67,5 de réussite. L'élément clé, au moins dans le contexte artificiel d'une expérience contrôlée, consistait à travailler avec une paire empathique, c'est-à-dire deux chevaux présentant un lien émotionnel fort. En fait, chaque cheval ne peut pas communiquer mentalement avec tous les autres chevaux, conclut-il, tout comme un être humain ne peut pas communiquer mentalement avec tous les autres êtres humains. C'est uniquement lorsque vous vous sentez proche d'une personne que vous pouvez percevoir ce qu'elle ressent sans la voir ni lui parler. Lorsque deux chevaux sont mentalement et émotionnellement sur la même longueur d'onde, ils peuvent aussi ressentir ce que l'autre pense et ce qu'il est en train de faire. » Il utilisa par la suite l'exemple de deux diapasons qui vibrent de manière sympathique pour expliquer de quelle manière le phénomène devait agir.

Blake s'appuie aussi sur les dons de chaque espèce pour la conscience socio-sensuelle – bien qu'il ne l'appelle pas ainsi – pour expliquer les raisons pour lesquelles il utilise un cheval plus âgé et plus sage pour calmer les jeunes chevaux impulsifs, un principe que les entraîneurs utilisent depuis des siècles. Finalement, il explique de quelle manière les êtres humains peuvent s'accorder à la fréquence équine en vivant avec une harde et en imitant les schémas comportementaux d'un cheval, bougeant lorsqu'ils bougent, se reposant lorsqu'ils se reposent, mangeant lorsqu'ils mangent et jouant lorsqu'ils jouent. Blake cite continuellement l'empathie comme étant la porte d'entrée principale vers les perceptions extrasensorielles, un état de conscience élevé qui commence en ressentant ce que le cheval ressent et finalement s'ouvre vers la capacité de voir ce qu'il voit et, dans certains cas, de recevoir des communications télépathiques qu'il est possible de traduire en langage humain.

Alors que cette capacité se développe en restant en contact étroit avec un cheval en particulier, les personnes qui plongent complètement dans les activités équestres ou qui sont très intuitives de nature, se rendent compte qu'elles peuvent recevoir des messages de n'importe quel membre de l'espèce, souvent de manière fortuite. La personne qui a entendu Merlin dire « Savoir, c'est pleurer » n'avait aucune idée de mes expériences avec lui et elle n'avait aucunement construit un rapport étroit avec cet étalon. Cependant, elle était douée d'empathie et c'était une praticienne expérimentée en travail corporel qui pouvait ressentir les fluctuations de l'énergie chez ses clients humains. Aussi, elle fut intéressée à poursuivre le travail avec ma harde afin de continuer à développer cette capacité. Dans le livre *Je parle aux chevaux...*, Henry Blake parle de son contact inattendu avec un cheval curieusement nommé Weeping Roger, dont les appels à l'aide étaient si désespérés qu'ils ne pouvaient demeurer ignorés. Lors d'une vente, il se souvient : « J'étais juste venu voir et rencontrer un ami lorsque soudain, derrière moi, j'ai pu ressentir un découragement m'envahir corps et esprit, comme si quelqu'un ou quelque chose était en train de crier : "Pour l'amour de Dieu, sors-moi de là". J'ai regardé autour de moi et il y avait un cheval qui attendait son tour, un pur-sang assez famélique, aux oreilles pendantes » – que Blake finit par ramener chez lui.

Lorsqu'on les titille un peu, les amoureux des chevaux – qui ne voudraient jamais passer pour des personnes qui communiquent avec des animaux, admettent avoir connu de tels incidents. Un cavalier amateur qui aidait à rassembler les troupeaux dans un ranch rapporte qu'il était devenu perplexe lorsque « Kelly », la fille du propriétaire, qui montait avec leur groupe de cow-boys pointa une colline au loin et dit : « Il y a un bouillon et un veau de l'autre côté de la colline, sous un arbre. » Lorsqu'ils lui demandèrent comment elle savait cela, elle répondit simplement : « Mon cheval me l'a dit. » Tout le monde était sceptique jusqu'à ce qu'ils parviennent à l'endroit désigné et trouvent, à leur plus grande surprise, les deux bêtes qui se reposaient à l'ombre d'un arbre.

Un événement encore plus surprenant impliqua deux collègues du centre Epona, Dana Light et Julia Coleman.

Dana, kinésithérapeute pour chevaux et entraîneur, aidait Julia pour un cheval qui avait des petits problèmes de claudication. À la fin de la séance, Julia demanda à Dana de regarder rapidement les autres chevaux pour voir s'ils n'avaient pas de douleurs qui pouvaient être soulagées avant de s'aggraver et créer des problèmes sérieux. En examinant le cheval d'apprentissage de Julia, Cookie, âgé de 21 ans, Dana pouvait sentir qu'il était heureux du travail qu'il faisait et qu'il était très lié à sa propriétaire. « Mais, rapporte-t-elle, tout en m'entretenant sur différents sujets, je me mis à répéter : "Il ne reste plus beaucoup de temps. Il a beaucoup à enseigner, mais il ne reste plus beaucoup de temps. Il ne reste plus beaucoup de temps". Je ne cessais de répéter cette phrase dans un rythme qui était différent de mon débit verbal habituel. Je ne comprenais vraiment pas ce que cela signifiait, mais j'avais l'impression que cela venait du cheval et que cela avait de l'importance. » Trois semaines plus tard, Cookie souffrait soudainement de coliques, sans aucun signe avant-coureur. Julia l'embarqua dans le van et le conduisit chez le vétérinaire.

« Pendant toute cette rude épreuve, je ne pouvais m'empêcher de ressentir que Cookie avait de la colère à mon égard, se souvenait Julia, mais au début, je croyais que c'était parce qu'il souffrait. Le vétérinaire me dit que Cookie devait être opéré tout de suite ou être abattu. La situation était grave. En fait, ils étaient en train de le placer sur la table d'opération lorsque je me souvins que Dana n'avait cessé de dire « Il ne reste plus beaucoup de temps. » Je comprenais pourquoi Cookie était si en colère. Le temps était venu pour lui de mourir et je le forçais à se faire opérer. Je fus capable de le laisser partir ce jour même grâce à la phrase prononcée par Dana, et je pus vivre ce moment moins comme une tragédie ou quelque chose d'injuste qui m'arrivait, à moi personnellement. Je sentais plutôt que c'était un honneur d'avoir connu ce merveilleux cheval et d'être celle qui avait été choisie pour l'aider à effectuer ce passage. »

L'incident avec Cookie et le message intuitif de son cheval reçu par Kelly illustre non seulement les communications télépathiques entre les humains et les chevaux mais aussi l'accès apparemment si facile que possède le mental équin pour des formes de conscience qui transcendent le temps et l'espace. Ma première expérience avec Tamara Solange, spécialiste en communication animale dans la région de Los Angeles, présentait cette même sensation non limitée. Tamara, la formatrice qui avait aidé Einstein à trouver la personne qui lui correspondait, était venue à Tucson sur l'invitation de la nouvelle propriétaire, Allison Randall, une des formatrices de référence du centre Epona. Lorsque Allison expliqua à Tamara que j'écrivais un livre à propos des étranges expériences qui m'étaient arrivées en compagnie de chevaux, elle accepta de rester un après-midi au ranch pour m'enseigner certaines de ses techniques. « Noche a quelque chose à te dire, déclara-t-elle. Voyons si tu peux le capter. » Je fermai les yeux et me concentrai intensément alors que Tamara et Allison se tenaient tranquillement près de Noche. Un cheval en colère, alezan avec une marque blanche sur le chanfrein, m'apparut, piaffant et tapant le sol. Lorsque je décrisis cela à Allison, elle confirma ma vision et elle souligna que Noche pensait que l'animal était dangereux. « Vous ne connaissez pas ce cheval, ajouta-t-elle, mais d'une certaine manière, ce cheval représente une menace et Noche essaye de nous prévenir. » Plus tard dans la soirée, Allison arriva sur son lieu de stage pour apprendre que sa partenaire Mary avait été envoyée d'urgence à l'hôpital avec le nez cassé. Au moment où Allison, Tamara et moi-même étions avec ma harde, Mary était à vingt kilomètres de là en train d'évaluer un cheval qui présentait des problèmes pour un client. C'était un hongre alezan avec une marque sur la tête, qui l'avait précipitée, avec préméditation, contre un arbre. Noche avait capté quelque chose qui se passait pour une personne que nous connaissions, et Tamara et moi-même avons reçu cette vision.

Au cours des nombreuses discussions que j'ai eues avec Tamara durant les deux années qui suivirent, j'ai compris que ses interactions avec les chevaux étaient similaires à mes expériences dans le domaine de la psychothérapie facilitée par des chevaux. Non seulement ces animaux semblaient en savoir beaucoup sur la vie de leur propriétaire, ils réfléchissaient sans cesse les émotions réprimées et les problèmes non résolus, mettant ainsi Tamara dans une position de psychologue conseil pour les cavaliers qui l'appelaient pour parler de leur « cheval à problèmes ». Une femme ne pouvait pas comprendre pour quelle raison « Star », sa jument bien-aimée, paraissait fatiguée et rétive. Lorsque la jument commença à boiter, elle comprit que la situation empirait. Après une série de tests, son vétérinaire ne pouvait expliquer son comportement ni sa claudication, et pourtant Star semblait aller de moins en moins bien. Shelly était découragée. Elle avait toujours imaginé que l'étoile qui ornait le front de sa jument était la lumière qui guiderait leurs pas dans les forêts où elles partaient se promener ensemble. Maintenant, sa compagne était incapable de quitter l'écurie.

Désespérée, Shelly appela une amie entraîneur qui travaillait avec des chevaux de concours. La femme lui donna le numéro de téléphone de Tamara en lui expliquant qu'elle avait une certaine intuition pour trouver ce qui n'allait pas et proposait des solutions efficaces bien que non conventionnelles.

Après avoir communiqué avec la jument, Tamara expliqua que Star ne remarquerait pas tant que la femme ne s'occupait pas de la situation de maltraitance dans laquelle elle se trouvait personnellement. Shelly commença à pleurer en expliquant qu'elle essayait de laisser de côté cette situation horrible qui la handicapait sur le plan émotionnel.

« Handicap, souligna Tamara, c'est le mot que Shelly a utilisé et c'est ce que sa jument essaie de lui montrer. » Tamara utilisa quelques exercices de clarification avec la jument et avec la personne pour impulser le processus de guérison. « Puis Shelly nous promit, à moi et à la jument, qu'elle allait s'occuper, avec l'aide nécessaire, de sa relation destructrice. À ce moment-là, la jument laissa échapper un hennissement aigu, ses yeux devinrent brillants

d'excitation, et elle se mit à trotter comme si elle n'avait jamais fait de faux pas. Je fus aussi surprise que toutes les autres personnes. Je n'avais encore jamais vu quelque chose se corriger aussi rapidement. Puis il m'a semblé entendre la jument dire quelque chose et je l'ai répété avant même que je reprenne mes esprits et m'empêche de dire ce qui me paraissait d'une inspiration de type Nouvel Âge. La jument disait : "Notre voyage est radieux. Ton enfant est avec nous dans les bois lorsque nous nous promenons. Je suis ta lumière ; je suis ton amie". »

Shelly fondit dans un flot de larmes et de rire. « J'ai perdu un enfant » expliqua-t-elle tout en s'émerveillant de cette intuition non sollicitée. « J'ai eu si peur d'en parler. J'ai rencontré cette jument après la mort de mon bébé. Je me suis sentie si paisible avec elle durant notre première promenade que j'ai décidé de l'acheter. Je ne m'étais jamais sentie aussi bien et aussi calme depuis la perte de mon enfant. À l'enterrement, le prêtre a dit : "La mort est difficile ; c'est un tel isolement, si sombre. Mais si nous regardons bien en nous, puis ensuite autour de nous, nous pouvons trouver ce dont nous avons besoin spirituellement. Trouvez cela. Que cela soit votre lumière ; que cela soit votre ami". »

#### DES PETITS SIGNES DE L'AUTRE MONDE

Avec le temps, je comprenais que la facilité légendaire des chevaux à évoluer entre le royaume des esprits et celui de la matière n'était pas une métaphore. Laura Brinckerhoff, monitrice d'équitation thérapeutique, est psychologue, spécialisée dans les dépendances. Sa capacité à sortir des personnes de la spirale descendante de la dépendance à la drogue provient de sa propre expérience des méfaits de l'alcool et de la drogue pendant ses études. Cependant, c'est une rencontre mémorable avec un cheval, en plus de son travail de guérison, qui lui permit d'entrer en contact avec ce grand pouvoir qui l'aidera à vaincre sa dépendance.

Élevée à Tucson, elle pratiquait beaucoup l'équitation. Elle et son petit Quater Horse alezan, Rusty, ont gagné plusieurs compétitions, en particulier le championnat d'Arizona dans la catégorie poneys. « Je le montais trois heures par jour, chaque jour, explique-t-elle. J'utilisais la selle pendant les cours mais je le montais sans selle ni bride pendant nos chevauchées dans le désert. On se faisait même des blagues. »

À l'âge de 16 ans, Laura est devenue trop grande pour Rusty. Elle a acheté un autre cheval, plus grand et plus puissant, et elle a loué Rusty à une autre petite fille. « Pendant un temps, je ne me suis pas vraiment occupée de lui, se souvient-elle. Une partie de moi-même n'était pas contente de le partager, et de toute manière je ne pouvais plus vraiment le monter dans des concours hippiques. » Une année plus tard, Laura entra à l'université en Californie. Quelques jours avant que son père ne vienne passer un week-end avec elle, elle fit un rêve : « J'étais sur une plage et Rusty galopait à ma rencontre. Il s'arrêta devant moi, il se dressa sur ses postérieurs et mit ses antérieurs sur mes épaules. Il me dit à l'oreille : « Je veux rentrer à la maison maintenant ». Je me souviens que j'ai été stupéfaite dans mon rêve qu'il me parle avec une voix humaine, avec des mots que je pouvais comprendre. Je lui répondis : « D'accord ». Puis une voiture avec un van arriva. Je l'aidai à monter dans le van, comme je le faisais chaque fois avant les concours en ouvrant simplement la porte pour qu'il saute dedans. Puis la voiture prit la route et je la regardai partir jusqu'à ce qu'elle disparaisse derrière une montagne. Il hennissait lorsqu'ils démarrèrent, ce qui donna encore plus de puissance aux quelques mots qu'il venait de dire auparavant. »

Le lendemain matin, elle écrivit ce rêve dans son journal. Ce week-end-là son père l'amena dîner au restaurant. « Je peux encore nous voir assis dans ce restaurant de fruits de mer, se rappelle-t-elle, lorsqu'il me confia qu'il avait quelque chose à me dire à propos de Rusty. En fait, mon cheval venait de mourir quelques jours auparavant. Il avait eu une colique, ce qui fut une surprise car il n'avait que quinze ans et n'avait jamais été malade auparavant. Immédiatement, je commençai à pleurer. Papa m'attrapa pour me reconforter.

Mais je ne pleurais pas de tristesse. C'était cette incroyable affirmation de sa vie et de notre contact qui lui permit de venir me dire au revoir, de me faire savoir que son heure était venue. C'était aussi la confirmation incroyable qu'il avait une âme. J'y croyais depuis toujours mais après cela devenait tellement plus vrai. C'était une Vérité, avec un grand "V" que nous sommes tous des êtres spirituels, que cette partie de nous-même ne disparaît pas et peut faire des choses surprenantes. Plus que tout, c'est mon rêve de Rusty et toutes ses implications qui m'ont permis de reprendre contact avec une base spirituelle, si nécessaire pour la guérison. »

Une impression similaire concernant la vie après la mort effleura Julia Coleman et moi-même lorsque son cheval Wally mourut. Ce cheval de concours avait été donné pour participer aux cours de Julia pendant sa retraite. Malheureusement, la carrière de Wally dans le circuit professionnel des concours d'équitation l'avait abîmé, non seulement au niveau de ses antérieurs mais aussi au niveau de son système digestif. Bien que Julia soit à même de gérer ses problèmes de claudication en lui donnant régulièrement du temps libre et en ne forçant pas son travail en manège, Wally avait de temps en temps des coliques. Les médicaments anti-inflammatoires qui lui avaient permis de participer pendant des années à des concours avaient provoqué des réactions secondaires au niveau de ses intestins. Durant une crise de coliques particulièrement intense, j'assistais Wally alors que Julia partait prendre un peu de repos après une nuit entière passée à ses côtés. C'était un déchirement pour le cœur de le voir dans de telles douleurs et après une nouvelle journée de souffrance, Julia accepta finalement la proposition du vétérinaire. Wally était trop faible pour s'en sortir ; il devait être euthanasié.

Durant la nuit sans sommeil qui précéda sa mort, je sentis sa présence dans la pièce et finalement je me mis à rêver. Wally se tenait sur une remorque à plateau, avec des fleurs tout autour de lui. Chaque cavalier qu'il avait

connu, chaque élève à qui il avait appris bien des choses était là pour son départ. Rasa et Noche, qui avaient vécu avec Wally au ranch de Timothy Graham, se tenaient aussi en ligne derrière les autres. Soudain, un cheval nommé Harvey arriva au galop pour se joindre à la procession, sautant par-dessus les hautes barrières qui entouraient la propriété. J'avais déjà eu l'occasion de monter ce cheval de dressage merveilleux dans la ferme de Cathy Schreiber, mais son apparition soudaine ne semblait pas avoir de sens dans ce rêve.

J'en parlais à Cathy quelques jours plus tard. « Tu ne sais pas ? », s'exclama Cathy amusée et surprise, « Harvey et Wally étaient compagnons de stalle dans une ferme à l'est de Tucson, il y a quelques années. Ils étaient très proches. »

Le rêve surprit et conforta aussi Julia. Quelques semaines plus tard, elle vécut sa propre rencontre de l'autre monde avec Wally. « Je faisais ma méditation du matin, dit-elle, essayant de gérer la tristesse que je ressentais encore lorsque j'eus cette vision troublante. J'étais assise à la table de la cuisine avec ma sœur Fran et je lui disais que je pouvais encore sentir la présence de Wally tout autour, comme s'il n'était pas encore parti. Fran me suggéra d'entrer en contact avec l'esprit de Wally. Soudain, je me suis retrouvée en train de marcher dans une prairie herbeuse avec un arbre planté dans ce décor. L'image se transforma, vira au sépia et, au loin, je voyais un cheval alezan qui broutait. Quelqu'un marchait à mes côtés ; on aurait dit mon guide. Je dis à cette personne : "Est-ce Wally ? Ce doit être lui, sa robe est si brillante". Wally leva la tête et me reconnut. Je voyais qu'il avait le licol que j'avais acheté pour lui. Il s'approcha au petit galop vers moi et me dit : "Est-ce que c'est le nouvel endroit que tu as loué pour moi ?" et je lui répondis : "Non, Wally, tu es mort. Tu n'as plus besoin de garder ce licol". »

Le licol se défit et tomba au sol de lui-même. Wally s'inclina et s'en alla en trotant vers l'horizon. Alors que cette vision se dissipait, Julia entendit son guide lui expliquer les rythmes du voyage de l'âme à travers la vie et la mort d'une manière qui semblait indiquer que ce monde que nous croyons être si solide et si stable était vraiment un rêve.

## CHAPITRE XIII

### L'ART DE LA LIBERTÉ

En tant que symbole, le cheval est souvent associé à la liberté et la puissance. Avant que les êtres humains apprennent à chevaucher ces créatures rapides, il y eut peu d'interactions entre les campements. Les chevaux ont permis aux humains d'explorer le monde, d'agrandir les perspectives et de les libérer des contraintes des systèmes de valeurs de leur communauté. Le simple fait de s'asseoir sur le dos de l'un de ces animaux élevait l'homme ou la femme au-dessus de l'ordinaire et amplifiait le sentiment de pouvoir personnel. Après la révolution industrielle, les chevaux ont été voués à la détente, mais leur capacité à transmettre des sentiments de liberté et de vitalité aux cavaliers constituait l'essentiel de leur attrait. Cela n'a pas demandé longtemps pour que le domaine de l'équitation thérapeutique reconnaisse que les chevaux font des miracles en ce qui concerne la mobilité, l'estime de soi et l'esprit d'aventure chez des personnes handicapées autant que chez des personnes qui se sentent anéanties par les épreuves de la vie.

Lorsque David Trexler se réveilla dans un hôpital japonais après son deuxième séjour au Vietnam, il ne pouvait imaginer comment il allait continuer à servir les autres. Les médecins lui ont dit qu'il avait sauté sur une mine. Ses deux jambes avaient été amputées à partir des genoux. Son visage et ses bras étaient gravement brûlés. Les douleurs physiques finissaient par disparaître mais les cicatrices qu'il portait ne servaient qu'à lui rappeler le désespoir qui grandissait en lui. Il s'était engagé parce qu'il était un jeune homme actif et aventureux. Allongé sur un lit sans pouvoir rien faire, il ne pouvait comprendre pourquoi on s'était acharné à le sauver. Lorsqu'il fut transféré à l'hôpital militaire de Denver, il semblait que personne ne pouvait le sortir d'une dépression profonde.

David regardait fixement par la fenêtre de sa chambre d'hôpital, et les jours défilaient. Un matin, un spectacle curieux attira son attention. Une femme qui était arrivée avec un van, conduisait un fringant cheval bai vers la pelouse alors que plusieurs vétérans en chaise roulante allaient à sa rencontre. Deux infirmiers mirent en selle l'un des vétérans et l'attachèrent avec une ceinture spéciale passée au niveau de la taille. Le jeune homme partit au galop en criant de joie. Personne ne se souciait du fait qu'il n'ait pas de jambes.

Finalement, David trouva le courage de monter cette jument. Quelques années après, il participait à des concours hippiques et il était devenu entraîneur de chevaux. Il fut engagé par Al Marah Arabians pour s'occuper de leur ferme d'élevage et il fut élu au bureau de l'Association Nord-Américaine d'Équitation pour Handicapés. « Ces chevaux m'ont rendu la liberté, dit-il, je peux aller dans des endroits où mon fauteuil ne peut pas me porter, et je vais plus vite que si je me déplaçais sur mes deux jambes. Je ne peux imaginer l'état dans lequel je serais si je n'avais pas pu faire d'équitation. »

Toutefois, sur le plan psychologique, ce chemin de liberté n'est pas toujours facile ni fondamentalement agréable. Les chevaux demandent de l'authenticité à chaque instant. Pour y arriver, les cavaliers doivent développer un état mental alerte et cependant méditatif, une approche créative de la résolution des problèmes et une capacité à fixer un but à long terme sans montrer d'impatience face au défi ni d'attachement à des préjugés sur la manière d'atteindre cet objectif. Les chevaux réagissent à l'intégrité personnelle, au leadership réfléchi, à l'équilibre physique et mental, à la cohérence émotionnelle, à la flexibilité, à la réceptivité, à la clarté des intentions et à la gestion subtile de l'énergie. Ils récompensent leur cavalier, même pour la plus infime des approximations concernant ces vertus, par une attention accrue, la coopération et l'affection, en agissant comme un baromètre infallible dans le travail du développement des personnes.

« Contrairement à certains humains, les chevaux ne nient pas le miracle lorsqu'il se produit et ne prétendent pas son existence si ce n'est pas le cas », explique Vita Lobelle, psychologue et spécialiste en communication animale à Seattle. « Les chevaux représentent l'intégrité ultime. »

The Complete Journey – que l'on peut traduire par « Boucler la boucle » – est la thérapie radicale mise au point par Vita pour les humains et les animaux. Elle est basée sur trente années d'expérience, combinant des approches behavioristes et des approches intuitives pour évacuer les effets subconscients des traumatismes autant que pour restaurer le libre arbitre, la confiance et le contact avec son Soi authentique. « Les empreintes d'un traumatisme peuvent être si subtiles, et si aléatoires, qu'elles peuvent être considérées par erreur comme faisant partie intégrante du caractère, explique-t-elle, alors qu'en fait, la vraie personnalité est réprimée derrière celles-ci. » Dans sa thérapie, Vita s'appuie sur ses compétences et sa maîtrise à associer les formes de conscience empathique, morphogénétique et non localisée pour extraire ces empreintes limitantes du plus profond du subconscient, les observant souvent comme un film multisensoriel défilant en elle. Une partie de ce processus implique de revivre et de pleurer sur ces mémoires ancestrales qui sont réactivées par les crises de la vie, un peu comme j'avais capté l'horrible expérience du « double » de Merlin. Cependant, Vita a appris à aller au-delà de cette étape. Plutôt que de conclure une séance sur un traumatisme ancestral qui se termine par la mort, elle suit la transition, parfois chaotique, de l'âme après la vie jusqu'à ce qu'elle reconnaisse sa véritable nature immortelle. « Cette reconnaissance, insiste-t-elle, est essentielle pour que le cheval puisse exprimer son plein potentiel. »

Bien que Vita n'ait travaillé qu'avec des humains pendant de nombreuses années, cette thérapeute a étendu sa pratique aux animaux, en particulier aux chevaux, depuis une dizaine d'années. « Une femme était tellement



satisfaite de sa propre transformation grâce à ce processus qu'elle m'a demandé si je pouvais faire la même chose pour son étalon devenu dangereux, se souvient Vita. Je n'avais aucune idée de l'effet que cela pouvait avoir sur des animaux, alors j'ai pensé : "Il n'y a aucun mal à essayer" et cela a marché ! Ma cliente remarqua un changement graduel, mais précis, dans le comportement de l'étalon au cours des deux semaines qui suivirent, et un mois plus tard, elle qualifia le résultat de "miraculeux". » Grâce à cette expérience, Vita comprit davantage les capacités de son grand-père, Janis Briedis, qui était réputé en Lettonie pour guérir les chevaux à distance. « Il demandait simplement : "De quelle couleur est le cheval ?" et il entrait en silence. Alors que le reste de la famille avait admis ce fait sans se poser la moindre question, je ressentais le besoin profond de connaître le lien qu'il avait avec les chevaux et quel était le mécanisme de son approche apparemment miraculeuse de guérir. » Ce n'est que lorsque Vita eut réussi à appliquer son processus avec succès pour cet étalon qu'elle comprit le secret de son grand-père : « Non seulement il savait que le cheval avait une âme immortelle – comme les humains – mais il savait comment aller chercher et mettre au monde cette partie de l'âme immortelle qui ne souffre d'aucune maladie. »

« La partie la plus cruciale de mon travail réside dans le langage universel de l'âme, souligne-t-elle. Il n'existe rien de plus authentique qu'une communication directe d'âme à âme. » Les autres professionnelles spécialistes de la communication animale, comme Pénélope Smith, Tamara Solange et Sharon Callahan, pensent aussi qu'elles sont plus efficaces lorsqu'elles sont en relation avec leurs clients sur le plan de l'âme. Sharon définit trois niveaux de communication dans sa pratique. Il y a « le niveau physique », utile lors de diagnostics pour les vétérinaires. « Parfois, j'observe dans quelle zone de mon corps je ressens une gêne, explique-t-elle, d'autres fois, je reçois une image de l'animal dans mon esprit, et d'une manière ou d'une autre, la zone touchée est soulignée. Dans d'autres cas, je sais, tout simplement, que cela se passe au niveau du cœur, du foie ou de l'intestin. » Puis, il y a « le niveau de la personnalité », que Sharon décrit comme « une conversation superficielle : les informations apparaissent sous forme de mots. Il est évident que l'animal ne parle pas comme nous le faisons, mais je traduis les pensées et les ressentis de cette manière. » Enfin, il y a « le niveau de l'âme où vous recevez des informations surprenantes sur le chemin de vie de l'animal, les raisons de sa présence auprès de cette personne en particulier, les leçons qu'il doit enseigner. J'aime aller directement au niveau de l'âme, et cela me permet une véritable lecture de la situation globale, incluant l'animal et tous les membres de la famille, parce que c'est ce qui m'a semblé le plus utile. Lorsqu'un animal a des difficultés, qu'il s'agisse de problèmes physiques ou émotionnels, il tente ainsi bien souvent de dire quelque chose sur la situation générale de la vie de la personne.

Les animaux disposent de leur propre programme et de leur propre manière de mettre les choses dans un ordre d'importance qui leur appartient, et qui est généralement plus profond que celui évalué par la personne elle-même. Assurément, chaque animal a ses raisons propres pour s'incarner, effectuer son cheminement vers la connaissance. Mais je sens aussi, au niveau de l'âme, qu'ils sont tous là pour nous refléter quelque chose de très profond sur nous-mêmes. Ils attirent l'attention sur certains détails. En nous aidant, ils grandissent et évoluent sur ce plan également ; il s'agit donc d'un effet réellement symbiotique. »

Le cheval est l'un des animaux dont elle refuse de plus en plus de s'occuper. « J'aime les chevaux, dit-elle, mais les personnes qui s'occupent des chevaux sont vraiment complexes. J'ai eu beaucoup de clients dans le monde du cheval, pendant de nombreuses années, mais je trouvais cela trop lourd. D'une certaine manière, je pense que de tous les animaux, les chevaux sont les moins compris, et ce sont ceux qui ont été les plus mal traités au cours de notre histoire. Je m'occupe des chevaux de manière très sélective, lorsqu'ils me sont envoyés par un vétérinaire, et j'interviens auprès d'un groupe de propriétaires particulièrement attentionnés, mais d'une manière générale, je trouve que le fait de travailler avec des chevaux peut me laisser avec des sensations résiduelles pénibles qui persistent parfois pendant des heures, voire des jours. Je ressens aussi que les chevaux ont besoin de soins par contact alors que je peux m'occuper à distance de chats, de chiens et même d'animaux sauvages plus imposants vivant en captivité, ceci avec efficacité et très rapidement. Avec les chevaux, je souhaiterais être sur place afin d'observer par moi-même tout ce qui se passe. »

Cette divergence vient en partie du fait que les gens ne sellent pas leur chat, leur chien ou leur tigre. Des entraîneurs comme Mary Wanless et Peggy Cummings soulignent que les malaises et les tensions du cavalier sont transmis physiquement au cheval lors de la monte. Il faut que la personne ait une bonne confiance en soi et un niveau de conscience élevé pour reconnaître qu'elle participe au problème. Sharon remarque que « même pour les propriétaires les mieux intentionnés, il semble très difficile de considérer le cheval, d'une certaine manière, comme une extension de leur propre ego. Travailler avec les chevaux est un art en soi, et c'est là que le domaine de la thérapie facilitée par les chevaux entre en scène. C'est vraiment un domaine dans lequel les chevaux vont se guérir, leur permettant de se lier avec des personnes au niveau très profond de l'émotion et de l'âme, plutôt que de servir uniquement de bêtes de somme. Je ressens que certains comportements chez les animaux, tout comme certaines maladies, ne se clarifieront pas complètement tant que la conscience humaine ne changera pas. Le travail thérapeutique est quelque chose d'exaltant pour les chevaux : être traité d'égal à égal dans un processus de guérison. Le fait d'être capable d'aider des personnes et, en retour, de résoudre leurs propres problèmes profite à l'espace collectif du cheval, et l'ensemble de l'espace équin s'élève. »

Les personnes intéressées par la communication avec les animaux trouveront des articles intéressants sur son site web, [www.anaflorea.com](http://www.anaflorea.com), ainsi qu'une gamme d'huiles essentielles destinées à traiter les déséquilibres émotionnels chez les animaux. Sharon expose ses techniques et propose des suggestions pour que les autres personnes puissent développer un rapport intuitif avec différentes espèces. Elle propose aussi un nombre impressionnant

d'interviews originales avec des penseurs influents et des enseignants spirituels tels que Matthew Fox, Andrew Harvey et Rupert Sheldrake, en particulier à propos de la transformation des valeurs dans les relations entre les animaux et les humains.

La théorie des champs morphogénétiques de Sheldrake coïncide avec les observations de Sharon sur la manière dont « l'âme du groupe » de chaque espèce affecte les individus de cette espèce. Lorsque je lui ai parlé de mon vécu avec les Ancêtres Chevaux, elle en a immédiatement compris les implications. Elle m'a confirmé la requête répétée des Ancêtres pour que « je raconte l'histoire. »

« J'ai constaté que les animaux sont davantage en contact avec l'âme du groupe et l'inconscient collectif que ne le sont les êtres humains, commente-t-elle. Lorsque vous vous engagez dans une relation spirituelle avec un animal, vous ne créez pas seulement un changement sur le plan personnel, cela a aussi des conséquences universelles. Chaque personne peut apporter sa contribution dans ces changements même si elle n'a qu'un seul animal parce que celui-ci est en contact et communique avec tous les autres animaux. Bien entendu, cela fonctionne aussi dans l'autre sens ; le négatif peut aussi être transmis. C'est la raison pour laquelle nous voyons augmenter ce que nous désignons comme des « anxiétés non-spécifiques » parmi des animaux qui sont bien choyés et aimés, qui reçoivent les meilleurs soins possibles et qui n'ont jamais été maltraités. Les animaux absorbent et reflètent les peurs du groupe. Comme les grands chats sauvages qui sont en voie d'extinction, il est parfaitement compréhensible que les chats domestiques souffrent de plus en plus d'anxiété. Alors que les loups continuent à être persécutés dans certaines parties du monde, de plus en plus de chiens développent des comportements névrotiques. La bonne nouvelle, c'est que comme de plus en plus d'individus accroissent la compréhension qu'ils ont d'eux-mêmes, de leurs animaux, et d'une certaine manière de notre destinée commune, nous allons supprimer toutes les choses horribles qui se sont produites. Par chaque acte de tendresse, par chaque pensée d'amour, par chaque prière, le monde s'élève vers un état de grâce disponible pour tous les êtres. »

Sharon perçoit souvent des images de traumatismes ancestraux au cours de ses séances, des blocs d'affliction et de peur non résolue qui influencent le comportement des membres vivants de l'espèce. « Je sens qu'il importe peu que les informations proviennent d'une expérience personnelle de l'animal au cours d'une vie antérieure, ou d'un élément que l'animal a extrait de l'inconscient collectif ou encore si c'est juste une histoire, souligne-t-elle. À un certain niveau, nous sommes tous à l'écoute du groupe. J'essaie de le définir le moins possible, pour autant que ce qui se présente permet à l'histoire de cet animal de continuer et que cela conduise à des changements de comportement évidents. Je demande parfois à l'animal de raconter une histoire, comme un conte, bien que nous sachions qu'il ne s'agit que d'une histoire. Mais les histoires sont incroyablement thérapeutiques et souvent profondément transformatrices. Je pense qu'avec des animaux terrorisés, tout comme avec des enfants ayant vécu une expérience traumatisante, il est quelquefois trop abrupt et angoissant de parler de manière directe. Mais si nous permettons à un animal de dire un conte, toutes les informations passent sans affliger l'animal. J'ai aussi remarqué que lorsque les animaux sont âgés ou proches de la mort, ils aiment parfois qu'on leur raconte une histoire. »

« Les histoires sont incroyablement importantes. Elles peuvent guérir le passé. Elles peuvent dénouer une situation présente et elles peuvent regarder vers l'avenir d'une façon merveilleuse. Je ressens que les chevaux ont beaucoup d'histoires à raconter et que nous commençons seulement à les écouter. Ils ont besoin de nous pour raconter leurs histoires, pour leur donner une voix. »

#### DHARMA

C'est l'histoire de Dharma qui m'a mise en contact avec Vita Lobelle, par l'intermédiaire de Sharon Callahan, bien qu'elles ne se soient jamais rencontrées. Kim McElroy est une artiste bien connue spécialisée dans la peinture des chevaux qui consulte régulièrement Sharon pour ses animaux de compagnie. Elle était tombée amoureuse d'un magnifique pur-sang bai alors qu'elle visitait un champ de course. Son rapport avec la jument était si intense qu'elle dit au propriétaire que s'il voulait vendre Dharma, elle trouverait le moyen de l'acheter. Six mois plus tard, Kim recevait un appel téléphonique qui lui annonçait que Dharma boitillait, ce qui la rendait disponible à un prix abordable, mais que le vétérinaire doutait que Kim puisse la monter un jour. Cela ne faisait aucune différence pour cette artiste dont les magnifiques peintures de chevaux dans leur milieu naturel transmettaient le choc émotionnel et spirituel que ces animaux peuvent donner aux gens. De nombreuses personnes qui ne pratiquent pas l'équitation achètent ses tableaux, visitent son site web ([www.spiritofhorse.com](http://www.spiritofhorse.com)) et s'abonnent à son journal. Le contact sur le plan de l'âme qu'elle avait ressenti en présence de Dharma lui donnait une inspiration pour une vie entière et nombre de ses souscripteurs avaient répondu à la série d'articles décrivant ses expériences, parfois déchirantes, avec cette jument.

En fait, Kim n'avait jamais été propriétaire d'une de ces magnifiques créatures. Dharma était une jument de course de trois ans qui avait été entraînée pour galoper vite dans une direction, et donc, elle demandait beaucoup d'attention. « J'ai essayé de la mener à la longe mais elle a tiré sur toute la longueur du manège, se souvenait Kim. Lorsque je lui demandais de s'écarter un peu ou de lever un sabot, elle se bloquait souvent et refusait de bouger. »

Finalement, Kim appela Sharon Callahan. « La situation de Dharma, qui chevauchait la situation de Kim, constituait un formidable scénario, me racontait Sharon, en une sorte de dynamique familiale qui empêchait Kim de passer à

l'étape suivante, tant pour son travail d'artiste que dans sa vie. En l'aidant à devenir plus indépendante et plus déterminée dans ses besoins, les relations entre elle et Darma se sont approfondies et améliorées. »

« Darma avait besoin de ma force, explique Kim, et ma force était mise à mal par ma peur d'aller de l'avant dans ma vie. J'étais bloquée depuis longtemps, et Sharon fit le parallèle avec Darma qui se bloquait souvent et refusait d'avancer lorsqu'elle ne se sentait pas en sécurité. Le plus important fut que Sharon confirma mon contact particulier avec Darma et l'aida à s'épanouir, me donnant ainsi la conviction que j'étais capable de relever le défi de devenir propriétaire d'un cheval. ». Toutefois, cette période d'amélioration tourna brusquement mal suite à un accident bizarre qui toucha Kim et Darma.

« Alors qu'elle était en train de jouer, elle est tombée brutalement sur ses genoux, explique Kim, et en essayant de se relever, elle m'a donné un coup ; je suis tombée à mon tour et me suis cassé le pied. Cet accident a éveillé un nouvel espace de peur en elle. Une fois que j'ai été rétablie et pus la faire travailler, elle réagissait systématiquement par une panique extrême. Je pouvais à peine la faire avancer en ligne droite tant elle avait peur. Les trois premiers mois, elle était comme un cheval sauvage : je pouvais à peine la toucher. J'ai essayé les massages et les T-touches, mais en vain tant elle était tendue. J'ai alors décidé de l'envoyer chez un entraîneur qui avait une approche similaire à celle de Monty Roberts, soit le travail en liberté et l'utilisation d'un langage corporel similaire à celui du cheval. Darma parvenait à faire ce qu'il demandait, mais avec beaucoup de résistance. Je l'ai vue se battre avec lui une fois, et cela m'avait fait très peur, cependant il y avait une part de moi qui disait : "C'est lui qui dirige ; il sait ce qu'il fait." Il m'apprenait à être ferme et assurée, à être le patron face à elle, d'une certaine manière à mon détriment parce que je m'obstinais. Mais Darma ne gagnait aucune confiance et après six mois de travail, elle était toujours terrifiée.

Pendant cette période, Kim s'inscrivit à des séminaires animés par Vita Lobelle pour reprendre confiance en elle et améliorer sa communication. La théorie selon laquelle une crise assez mineure dans cette vie peut faire remonter les empreintes subconscientes d'un traumatisme ancestral toucha Kim qui demanda alors à Vita d'utiliser son processus « Boucler la boucle » avec sa jument. « En approchant le cheval en tant qu'être spirituel et immortel, dit-elle, je découvris les mémoires particulières de l'âme qui causaient directement les problèmes actuels de Darma. L'origine se situait lors de guerres chez les Indiens d'Amérique ; au cours d'une bataille, la jument était tombée sur ses genoux et s'était cassé les deux jambes.

Elle pensait avoir tué son cavalier, explique Kim, alors qu'il a été tué par une balle. Elle se sentait responsable de la mort de cet homme comme de la sienne. Le traumatisme a été réactivé lorsque Darma tomba sur ses genoux et me cassa le pied. »

« Le mental subjectif de Darma interpréta ces événements comme étant son incapacité à faire les choses convenablement, révéla Vita. Sa frayeur n'a rien à voir avec la situation actuelle mais elle est due à des automatismes subconscients d'une mémoire du passé qui lui font ressentir cela : "Je ne peux pas le faire ; je ne suis pas assez bien ; ça ne va pas marcher". »

« La séance avec Vita fut très révélatrice, rapporte Kim. Les détails donnés sur le traumatisme, le souvenir de sa mort et ses mémoires du monde des esprits étaient très complexes. On avait l'impression que cette jument voulait revenir sur terre pour arranger les choses, afin de bien faire cette fois-ci, et Vita décrit l'évolution de son incarnation, de cet état merveilleux d'exaltation jusque dans le corps d'un poulain qui, assez paradoxalement, était déjà né. Vita eut l'impression que le poulain n'était pas en bonne santé à sa naissance et toutes ces voix qui résonnaient avec agitation autour d'elle lui faisaient penser qu'elle avait fait quelque chose de mal. Ceci eut pour effet de ramener le traumatisme du passé dans les premiers moments de sa nouvelle vie. Cette expérience me confirma que les chevaux sont conscients de bien davantage de choses que nous le pensons et qu'ils restent très sensibles aux attentes des personnes tout au long de leur vie. La plupart des entraîneurs se concentrent sur le mauvais côté des choses : "Non, tu ne fais pas bien !" Ceci est très déstabilisant pour les chevaux car tout ce qu'ils veulent, c'est faire plaisir. Les humains ne sont pas toujours assez clairs et lorsqu'ils blâment les chevaux de leur manque de communication, cela crée une dynamique très préjudiciable, en particulier pour des chevaux comme Darma. »

Le processus thérapeutique eut un impact assez conséquent sur Vita. « Pendant des années, je ne m'étais occupé que des traumatismes des êtres humains, dit-elle. Puis j'ai commencé à m'occuper des animaux, à la demande de mes clients. Darma était le premier animal dont je prenais soin avant de m'occuper de la personne qui l'accompagnait. L'importance de ce processus pour les chevaux ne commença à m'apparaître qu'avec Darma. À la fin de sa séance, Darma insista avec beaucoup de cœur pour que je fasse cela avec de nombreux autres chevaux. »

Depuis cette époque, Vita a utilisé son processus sur les chevaux vivant dans la partie ouest des États-Unis. Elle a conservé les notes de toutes ces séances, filmant parfois le comportement excessif d'un animal avant la séance ainsi que les changements considérables, parfois même miraculeux, qui interviennent dans les heures ou dans les jours suivants. L'élément essentiel, selon Kim, c'est que Vita considère le cheval comme « un être conscient qui a des interprétations sur les événements qui dépassent le comportement instinctif. La plupart des entraîneurs ne s'occupent que des descriptions instinctives, comme par exemple : "Il pense que vous êtes un lion des montagnes qui a sauté sur son dos". Le chuchoteur que j'avais rencontré était persuadé que les chevaux ne pensaient qu'à ce

niveau élémentaire. Les théories de Collin semblaient si pertinentes, et c'était une personne tellement charismatique, que je fus vraiment éprise de lui pendant un certain temps. Il pense qu'il est en harmonie avec tous les chevaux, mais Vita a été capable de s'occuper du traumatisme de Darma en une seule journée, et de plus, elle m'a aidée à comprendre les bénéfices que nous pouvons retirer à considérer cet animal comme un être intelligent.

« Un jour, Vita m'a accompagnée à suivre un atelier de Collin. Il faisait une démonstration où il maintenait un cheval au fond d'une stalle, le poussant et le tapant lorsqu'il était trop proche. J'ai compris que c'était le vrai Collin, qu'il était en représentation devant cette foule, montrant à tout le monde qu'il était le chef, et le cheval ne savait pas ce qu'on attendait de lui. Après cela, j'ai réalisé que tout ce à quoi il était parvenu était de la soumission. Il traitait ces animaux en les réduisant à un ensemble de comportements, comme le chien de Pavlov. Dans son esprit, les chevaux ne faisaient aucun choix réel et n'avaient ni interprétation individuelle ni âme. Je supposais que la plupart des chevaux qu'il avait entraînés, comme Darma, retournaient à leurs comportements passés lorsqu'ils rentraient chez leur propriétaire, parce que le problème réel n'avait pas été pris en compte. Collin avait de bons instincts en présence des chevaux mais il ne croyait pas qu'ils ont de véritables idées et des émotions. Une fois, il a dit à peu près cela : "Vous ne donnez au cheval que lorsqu'il vous donne." Vita a demandé : "Et où l'amour se place-t-il dans tout cela ?" Il a répondu : "Il n'y a pas d'amour. Les chevaux n'aiment pas ; ils n'en sont pas capables." En entendant cela, Vita explosa : "L'amour est la force qui gouverne l'univers", mais elle n'en dit pas plus parce qu'elle savait qu'il était inutile d'argumenter avec lui. »

« Je ne sais pas pourquoi le premier propriétaire de cette jument l'a appelée Dharma, mais je suppose que mon chemin spirituel, que les Bouddhistes appellent Dharma, consiste à réaliser que l'amour, l'intelligence, la beauté, le choix et la liberté font vraiment partie du cheminement de chaque créature sur cette terre, et au-delà. Tous ceux qui essaient d'obscurcir ces principes avec des arguments farfelus à propos de la supériorité des humains, de notre rôle de dominant sur toutes les autres formes de vie, ne peuvent m'apporter ce qui est de plus profitable pour moi, et pour quiconque d'ailleurs. J'apprends à faire confiance à mon cœur et à m'affirmer dans mes croyances, sans me soucier de ce qu'une prétendue autorité peut raconter, et l'aventure que je vis depuis lors avec Darma me le fait comprendre sans cesse. »

## LE PROBLÈME DE LA LIBERTÉ

En regardant travailler Vita, j'ai été intriguée par le rôle important que jouait la résonance émotionnelle dans son processus « Boucler la boucle ». Je la voyais s'unir avec le mental du cheval, ressentir ce que le cheval ressentait, voir le problème du point de vue du cheval, tout en gardant un contact avec un point de vue plus objectif. Cela avait permis à Vita de comprendre la méprise de Darma concernant la mort de son cavalier. Par moments, Vita pleurait vraiment en réponse à l'affliction et à l'horreur vécues par la jument, s'empêchant d'aller de l'avant tant qu'elle « n'avait pas libéré toutes ces larmes », selon son expression. Pourtant, Vita indiqua par la suite à la jument qu'elle n'était pas responsable de la mort de son cavalier lors de cette malheureuse chute parce que la thérapeute avait aussi « vu » l'événement de son propre point de vue neutre.

« Je comprends pourquoi Sharon Callahan ressent que de tous les animaux le cheval semble vivre le plus de souffrances, me dit-elle. Parfois, je peux parfaitement dire pourquoi c'est trop pour elle. La raison pour laquelle il m'est possible de faire cela, c'est que je vais en profondeur dans la peine de l'animal, mais qu'ensuite nous continuons le chemin et allons au-delà. Nous allons vers l'esprit ; nous vivons la guérison que l'âme immortelle vit après la mort ; et nous comprenons ce qui a justifié la décision de revenir. Je vis la douleur mais je vis aussi la joie de l'être vrai, de l'esprit libre, de l'âme immortelle sans limite. C'est l'extase ultime et la félicité. Ensuite, bien sûr, nous revenons dans ce monde et nous nous heurtons à la souffrance en continuant ce chemin. Mais, ayant « bouclé la boucle », nous conservons la joie. Cela me guérit aussi, tu sais. Tout comme la souffrance disparaît chez le cheval, elle disparaît de moi aussi. »

Cet aspect du processus thérapeutique de Vita représente le pouvoir du guérisseur blessé porté simplement à un niveau élevé de conscience. Ayant vécu la seconde guerre mondiale durant son enfance, elle a traversé beaucoup d'épreuves sur son chemin. La mémoire vibratoire de ses doutes et de ses souffrances lui a permis d'entrer plus facilement en résonance avec les souffrances émotionnelles des autres. Pourtant, elle « élève » ses clients parce qu'elle sait que non seulement elle a survécu à ces épreuves mais qu'ainsi elle a découvert du pouvoir en les traversant. Tout autant que Vita devient le cheval, le cheval devient elle dans la mesure où elle le rappelle sans cesse à l'âme : « Oui, il y a beaucoup de joie derrière la souffrance ; cela va aller mieux. »

En observant ce don se manifester à un niveau si complexe chez Vita, cela m'a donné une compréhension plus profonde de l'archétype du Christ, qui représente la plus grande figure du guérisseur blessé dans la culture occidentale. Dans son histoire, l'éternelle perfection et l'optimisme du Créateur se mêle à l'existence imparfaite de l'espèce humaine à travers Jésus, non seulement pour équilibrer la nature prédatrice de l'humanité mais aussi pour faire l'expérience consciente d'une mort tragique. Les plaies du Christ sont des passages pour que Dieu puisse entrer en résonance avec les souffrances des mortels tout en élevant les individus vers la reconnaissance de la perfection de l'âme, de sa nature immortelle alors qu'ils entrent en résonance avec la mort déchirante du Christ et avec sa résurrection extatique. Les rituels associés à la communion, au vendredi saint et au dimanche de Pâques ne sont pas seulement destinés à reconstituer l'histoire, mais à harmoniser la conscience de ceux qui y participent pour vivre véritablement la transcendance du Christ, permettant de voir par la suite le potentiel de la vie sur cette

planète d'une perspective plus élevée.

« Si vous restez dans la souffrance, cela ne vous apporte rien, souligne Vita, vous ne connaissez que la déception et cela ne reflète pas la vérité de la vie. Le fait d'essayer de faire que les choses s'accordent avec les perspectives limitées de ce monde constitue la tragédie ultime. Oui, nous devons aller dans l'obscurité mais nous devons continuer jusqu'à ce que nous atteignons la lumière à nouveau. Dans ce sens, la destinée réside dans cet inévitable revécu des souffrances non-résolues par une mémoire subconsciente en pilotage automatique, nous attirant sans cesse dans des situations qui nous encouragent à régler ce qui n'a pas fonctionné dans le passé. C'est la combinaison d'un cheminement désiré et non désiré. Une fois que nous nous débarrassons de ces influences subconscientes, alors nous pouvons choisir librement notre chemin de vie. Nous ne voulons pas d'une destinée ; nous voulons le libre choix. Ceci est absolument vrai pour les chevaux et les autres animaux. Toutes les créatures ont une capacité de libre arbitre mais les humains leur ont enlevé cette capacité. Dans ce monde, de nombreux animaux sont réduits à l'esclavage ou sont en prison. »

En réprimant l'esprit du cheval afin de l'utiliser comme une machine, l'espèce humaine a oublié que l'animal possède aussi un mental. Le défi, semble-t-il, consistait à déterrer cette connaissance trop longtemps enfouie, à remettre la tête de l'étalon sur son corps et à collaborer avec lui en tant qu'être sensible et disposant d'une âme. « Seuls les chevaux qui ont retrouvé leur libre arbitre sont absolument sûrs, précise Vita, car ils comprennent ce qui se passe et ils sont plus à même de prendre une décision sûre. Et ils ne prennent les bonnes décisions que s'ils ne sont pas aliénés. Ils ne déforment pas la vérité pour des raisons égoïstes. Ils ne sont pas déconnectés de la nature et de leur propre soi. Leurs troubles proviennent de toutes les tortures infligées par les êtres humains, qui étaient extrêmement déconnectés et prisonniers des pièges du mental rationnel. Le mental rationnel est la partie de nous qui peut se concentrer sur les mots en ignorant la véritable réalité de ce qui se passe. Les humains mentent comme aucune autre forme de vie ne le fait, et ceci constitue la démence ultime. »

Pour cette raison, Vita prenait encore plus de soin à enregistrer ses séances. « Au début, j'enregistrais les séances pour ne pas perdre les informations, explique-t-elle. Les principes et les idées qui émergeaient m'étaient très utiles personnellement. Puis j'ai compris qu'il était nécessaire que j'enregistre les séances pour que les propriétaires des chevaux ne déforment pas ce qui s'était passé. Par exemple, j'ai donné une séance "Boucler la boucle" au cours de laquelle la transformation du cheval avait été immédiate. La propriétaire était absolument stupéfaite. Nous avons fait passer des tests au cheval et la propriétaire n'arrêtait pas de dire à quel point la différence était évidente. Un peu plus tard, elle m'a téléphoné pour me dire que la séance n'avait rien changé. Je suis allée voir le cheval afin de constater le comportement qui était à l'origine de sa plainte, mais il n'existait plus. Pourtant celle-ci insistait pour dire que rien n'avait changé. Je lui dis : « J'ai enregistré la séance et vous êtes en complète contradiction avec tout ce que vous avez vu et dit le jour de cette séance. »

« Il existe toujours un motif caché derrière cette sorte de déni. En fait, elle voulait monter le cheval immédiatement et elle comprenait qu'elle ne le pouvait pas parce qu'elle avait besoin d'établir une relation avec un animal devenu sain et équilibré. Pour cela, elle devait abandonner beaucoup de ses idées préconçues à propos de son cheval et d'elle-même. Elle devait effectuer un changement auquel elle n'était pas encore prête. Pour certaines personnes, cela représente quelques difficultés. Tout d'un coup, vous êtes en présence d'un cheval magnifique, sain, complètement transformé, et cela demande au propriétaire d'examiner nombre de ses comportements et de ses manières de réagir. Le vrai défi consiste à trouver le moyen de s'installer dans une perspective de comportements nouveaux avec les chevaux. Et c'est là qu'intervient le domaine de la formation ; il existe tout un domaine d'expériences que le cheval et l'humain peuvent partager, sous la direction d'un entraîneur conscient. »

Tamara Solange fait écho à cela : « Alors que j'ai obtenu quelques résultats incroyables en travaillant uniquement avec l'intuition, dit-elle, je ne suis pas vraiment disposée à baser toute une séance sur ce que l'on peut appeler « la communication animale ». Les chevaux s'adaptent très vite à un travail au niveau de l'âme, mais bien souvent leurs propriétaires ne sont pas prêts à s'occuper d'un animal intelligent et pleinement en possession de son pouvoir. Actuellement, ce que je fais consiste essentiellement à créer de bonnes relations, à enseigner à la personne de quelle manière monter et communiquer de façon plus efficace, ainsi que d'apprendre à écouter ce que son cheval a à dire. Je recueille sans cesse de la part du cheval beaucoup de choses que le propriétaire n'est pas prêt à écouter. J'ai plutôt appris à trouver des manières d'aider les personnes à élargir leur conscience dans leur relation avec leur cheval tout en attendant le moment où la personne devient assez réceptive, non seulement pour entendre mais aussi pour utiliser les informations que je reçois. »

#### LA PROMESSE DE LA LIBERTÉ

Peu de temps après avoir démarré ma toute jeune entreprise, au milieu des années quatre-vingt-dix, j'ai compris qu'il ne servait à rien de s'occuper des chevaux si le propriétaire ne s'engageait pas également dans le processus. La plupart des personnes qui désiraient que je « casse » leur jeune cheval en le débarrassant et que j'en « répare » les dégâts espéraient avoir une parfaite machine d'équitation. Ne désirant pas confronter leurs propres peurs ni leurs faiblesses, elles ne désiraient pas établir de relation avec une monture qui retrouvait son pouvoir. Elles voulaient commander un animal vaincu, dissocié. En essayant de saisir les implications de cette situation, je comprenais que beaucoup de mes clients humains ne savaient pas comment être, eux-mêmes, libres, et encore moins comment être en rapport avec un animal capable d'affirmer sa propre volonté et sa vision.



En développant mes compétences dans le domaine de la psychothérapie assistée par des chevaux et dans l'apprentissage par le vécu, j'utilisais nombre de ces techniques pour aider les cavaliers à effectuer les changements nécessaires pour entrer dans un partenariat authentique avec leur cheval. Quelquefois, il suffisait que je crée un environnement sûr pour que les personnes puissent explorer de nouvelles manières d'être, dans lesquelles elles avaient le droit de faire des erreurs, de pleurer ou même d'exprimer leur colère, dans la mesure où celle-ci n'était pas dirigée contre le cheval. Au cours du processus, elles apprenaient à repenser les activités équestres habituelles afin d'améliorer les prises de décision consensuelles qui doivent se faire entre le cheval et le cavalier. En adaptant de nombreuses méthodes de communication intuitive et d'attention, et en les faisant entrer au manège, je comprenais à quel point les chevaux avaient du talent pour enseigner les aptitudes habituellement associées à la méditation.

En 1999, j'ai conçu le programme Le Tao du Cheval destiné à enseigner aux non-cavaliers des approches pour améliorer leur vie. Ces groupes et les séances individuelles étaient constitués de pratiques liées à la gestion du stress, à la communication intuitive et à l'attention. Elles étaient issues de différentes traditions sans promouvoir une religion ou un système de croyances en particulier. Les méthodes étaient choisies pour leur affinité avec la sagesse naturelle du cheval et pour leur efficacité certaine à aider les personnes à atteindre un niveau de conscience plus élevé. Dès la première séance, les élèves apprennent à évaluer leur état physique, émotionnel, mental et énergétique à chaque instant. Alors que cette conscience à plusieurs niveaux est essentielle pour des interactions sûres et productives avec des chevaux, ce sont ces mêmes capacités qui sont enseignées dans « les quatre fondements de l'attention » de Bouddha : l'attention au corps, dans laquelle la respiration et les sensations corporelles deviennent objets de méditation, l'attention au ressenti ou méditation sur les aspects plaisants et déplaisants des sensations corporelles, l'attention aux pensées et aux émotions pour observer de quelle manière nos systèmes de pensées routiniers sont enracinés dans la répression d'émotions désagréables, l'attention au mental par laquelle nous atteignons un état non-habituel de clarté, libre de projections, de manœuvres d'évitement et d'attachement.

Ces étapes vers une plus grande paix et une connaissance de soi requièrent beaucoup de fermeté dans les postures assises, debout ou en marche, associées aux approches traditionnelles de la méditation. De nombreuses personnes perdent de l'intérêt lorsqu'elles arrivent à une impasse qui requiert des changements dans des attitudes ou des comportements si enracinés qu'ils sont pratiquement indétectables. Assez naturellement, les chevaux font remonter ces problèmes à la surface, reflétant les difficultés que les autres êtres humains auraient pu ne pas noter ou auxquelles ils n'auraient pas réagi. Les animaux agissent comme un biofeedback ou miroir hypersensible pour les étudiants en méditation, facilitant des découvertes qui permettent aux personnes de continuer à avancer dans leur pratique.

Le potentiel de ce travail est vaste. Les chevaux vivent dans le moment présent, et leur influence empêche le cavalier de se perdre dans les projections et les ruses du mental. Leur nature nomade encourage la fluidité de la pensée, de l'émotion et du comportement que la vie sédentaire a écartée de manière subconsciente. Le simple fait de s'occuper d'un cheval et de le monter met la personne dans un état de conscience détendue élevé propice à la créativité et à l'intuition. Les chevaux transmettent aussi des nuances essentielles de l'émotion par la qualité et la fréquence de leur respiration. Les élèves apprennent à calmer un animal nerveux ou à passer du pas au trot par des signaux transmis uniquement par le souffle, réveillant et renforçant en cela l'empathie et la conscience socio-sensuelle.

Le style d'équitation enseigné avec Le Tao du Cheval est accéléré grâce à la pratique de l'attention au mental. Les élèves apprennent à diriger l'énergie d'une créature de cinq cents kilos par la concentration mentale, la visualisation créatrice et l'intention claire tout en restant ouverts à la participation du cheval. Cependant, c'est là que se trouve le talent des chevaux dans leur manière d'enseigner l'art de « la liberté par les relations » et qui peut s'avérer être le cadeau le plus précieux que le cheval puisse nous faire en ce vingt et unième siècle. En aidant les personnes à se reconnecter à la nature, au soi authentique, à la sagesse ancestrale, à la harde, à la communauté, cette exploration facilitée par les chevaux crée l'expérience d'une liberté consensuelle qui n'est pas disponible pour « le loup solitaire », le paria ou l'individualiste bourru.

Après avoir créé Le Tao du Cheval à Tucson, j'ai appris que de tels programmes voyaient le jour dans différents endroits de ce pays. Barbara Rector, cofondatrice de l'EFMHA, a créé un module spécifique dans son programme L'aventure de la conscience qu'elle appelle La Chevauchée et qui « inclut des ouvertures sur le bien-être, la méditation, l'intégration des sens et des mouvements à cheval pour produire différents états de conscience. »

« Andrew Weil parle du lien qui existe entre la survenue de guérisons spontanées et les états de conscience modifiée, explique-t-elle. Au fil des années, nombre des expériences que j'ai faites en travaillant avec des chevaux semblaient me mettre en contact avec des niveaux plus profonds de la conscience. Je ne sais pas quel en est le mécanisme, mais le cheval aide ceux qui sont prêts à ce changement. Je suis convaincue que certains chevaux aiment les personnes qui sont prêtes à élaborer ensemble un niveau différent de l'être pour les humains comme pour les chevaux, mais je ne peux jamais prédire jusqu'où la Chevauchée portera la personne. C'est "le directeur intérieur" du participant qui décide de quelle manière va se dérouler le travail, et le cheval ne fait qu'accompagner cela.



Lorsque vous vous apprêtez à vous unir à l'univers, qui est totalement bienveillant et débordant d'amour, vous vous engagez, de manière consciente et inconsciente, à accepter ce qui est. Et lorsque le ressenti du moment n'est pas joyeux, il y a cependant toujours la joie derrière. À la fin du processus, je n'ai encore rencontré personne qui ne se soit relié, ne serait-ce qu'un peu, à l'étincelle de créativité qui nous relie tous. »

#### REMISE À ZÉRO

Mon propre cheminement avec Rasa m'a amenée dans des espaces que je n'aurais jamais imaginés lorsque je l'ai rencontrée à Phoenix, il y a dix ans, mais je ne rêve plus trop au futur maintenant. Sur le dos de Rasa, ou simplement en la promenant à l'ombre des grands arbres, le temps semble s'arrêter. Lorsque je regarde dans ses yeux, je vois d'autres mondes s'y refléter.

Six mois après le décès de ma mère, je l'ai revue en rêve. Elle était jeune, jolie et pleine de vie.

« Tu me manques, Maman, lui ai-je dit, et je ne te remercierai jamais assez pour la foi que tu avais en moi. J'aurais tant aimé que tu puisses tenir mon livre entre tes mains. »

Elle souriait et hochait la tête alors que nous avancions dans un bosquet de chênes dont les feuilles miroitaient à la lumière du soleil. Là, Rasa nous attendait et son regard était absolument électrique.

« J'aimerais que tu considères mes chevaux comme les tiens, dis-je à ma mère. Lorsque tu seras prête, Rasa pourra t'emmener partout où tu le voudras. »

« Je suis prête maintenant », dit-elle simplement, avec joie. Je l'aidai à monter sur le dos de Rasa. Elles s'en allèrent toutes les deux dans les airs et disparurent à l'horizon.

Le lendemain, Rasa semblait, d'une certaine manière, différente. Il y avait autour d'elle un rayonnement que je n'avais jamais vu auparavant, un regard paisible et entendu ; le passé n'avait plus d'influence et l'avenir était sans limite.

« Tu as pris possession de ton pouvoir maintenant, n'est-ce pas ? » lui demandai-je. Rasa colla son bout du nez à mon oreille et laissa échapper un doux soupir. Nous sommes restées ainsi en silence un long moment. Je lui enlevai son licol et elle baissa la tête en réponse. Puis j'ouvris la porte et je me dirigeai vers le vaste désert.